



**PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING (BK) DALAM  
MEMBINA MENTAL HYGIENE SISWA DI SEKOLAH SMK  
KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

Oleh:

**IHDA ALMAHRAMI**  
**NIM. 0303162080**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN  
ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2021**



**PERAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING (BK) DALAM  
MEMBINA MENTAL HYGIENE SISWA DI SEKOLAH SMK  
KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas Dan Memenuhi Syarat-syarat Untuk  
Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Oleh :

**IHDA ALMAHRAMI**  
**NIM. 0303162080**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Drs. Purbatua Manurung, M.Pd**  
**NIP.196605171987031004**

**Drs. H. Sokon Saragih M. Ag**  
**NIP. 196608121992031006**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2021**

Nomor : Istimewa

Medan, Maret 2021

Lamp : -

Hal : Skripsi

An. Ihda Almahrami

Kepada Yth:

Bapak Dekan Fak.  
Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Sumatra Utara di  
Medan

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi mahasiswa :

Nama : Ihda Almahrami

Nim : 33.16.2.080

Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Judul : "Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Membina Mental Hygiene Siswa di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi"

Dengan ini saya menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang munaqosah skripsi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan.

Demikian saya sampaikan, atas perhatian saudara saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

## **PEMBIMBING SKRIPSI**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Drs. Purbatua Manurung, M.Pd**  
**NIP.196605171987031004**

**Drs. H. Sokon Saragih M. Ag**  
**NIP. 196608121992031006**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ihda Almahrami

Nim : 33.16.2.080

Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Judul : “Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Membina Mental Hygiene Siswa di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi”

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan yang semuanya telah dijelaskan sumbernya. Apabila kemudian hari atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil orang lain, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh universitas batal saya terima.

Medan, Maret 2021

Yang membuat pernyataan



**Ihda Almahrami**  
**Nim: 33.16.2.080**

## ABSTRAK



Nama : Ihda Almahrami  
NIM : 33.16.2.080  
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling  
Pendidikan Islam  
Pembimbing I : Drs. Purbatua Manurung, M.Pd  
Pembimbing II : Drs. H. Sokon Saragih, M.Ag  
Judul Skripsi : Peran Guru Bimbingan dan  
Konseling (BK) dalam Membina  
Mental Hygiene Siswa Di Sekolah  
SMK Kesehatan Al-Washliyah  
Kota Tebing Tinggi

---

### Kata Kunci: *peran Guru BK, Mental Hygiene*

Kesehatan mental (*Mental Hygiene*) yang dalam bahasa arab disebut *al-Shihhah al-Nafsiyah* adalah kondisi ketika batin kita berada dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah 1. Bagaimana karakter siswa yang mengalami mental hygiene di SMK Kesehatan Al-Washliyah Tebing Tinggi? 2. Faktor apa saja yang menghambat dan mendukung guru BK dalam mengatasi siswa yang mengalami masalah gangguan mental hygiene? 3. Upaya apa saja yang telah dilakukan oleh guru BK untuk mengatasi siswa yang mengalami gangguan mental hygiene di SMK Kesehatan Al-Washliyah Tebing Tinggi?.

Jenis penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Adapun metode yang peneliti gunakan adalah metode deskriptif. Adapun subjek penelitian ini adalah informan yang dapat dijadikan sumber untuk mendapatkan informasi terkait dengan judul penelitian ini adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah Kepala Sekolah, Guru BK, wali kelas dan Siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penyebab siswa mengalami mental hygiene disebabkan oleh perceraian orang tua mereka. Sehingga banyak anak yang menjadi pendiam tidak banyak bergaul, tidak mau bersosialisasi dan mengalami prestasi yang menurun. Dan peran guru BK sangat penting dalam membantu siswa untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi peserta didiknya.

Mengetahui  
Pembimbing I

**Drs. Purbatua Manurung, M.Pd**

**NIP.196605171987031004**

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur di persembahkan kahadirat Allah SWT yang senantiasa menganugrahkan Nikmat, Taufik dan Hidayah-Nya karena rahmat dan ridhonya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat dan salam dihadiahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang membawa Risalah Islam sebagai pedoman untuk meraih hidup di dunia dan akhirat nanti.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan pengalaman yang tak terlupakan karena mengalami hambatan serta bimbingan dan dukungan dari beberapa pihak, namun dengan mengalami kesukaran atau hambatan-hambatan penulis tetap bersyukur karena hal ini merupakan sejarah perjalanan yang merupakan hadiah yang telah dilimpahkan Allah SWT. terhadap penulis. Bimbingan dan dukungan yang penulis terima menjadi suatu motivasi tersendiri guna menyelesaikan syarat untuk memperoleh gelar strata satu (S1) pada jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UIN-SU) Medan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari skripsi ini masih memiliki kekurangan dan kelemahan di poin-poin tertentu. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai jika tanpa bimbingan dan bantuan dari dosen pembimbing, keluarga, teman-teman seperjuangan dan orang tercinta.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang membimbing, membantu dan memotivasi dalam hal penyusunan dan penulisan skripsi ini terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syahrin Harahap, MA. sebagai Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Mardianto, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. IbuDr. Nurussakinah Daulay, M.Psi sebagai ketua prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.
4. Bapak Drs. Purbatua Manurung, M.Pd selaku pembimbing skripsi I saya yang telah memberi bimbingan dan arahnya dalam pembuatan skripsi ini.
5. Bapak Drs. H. Sokon Saragih, M.Ag selaku pembimbing skripsi II saya yang telah banyak meluangkan waktu, membimbing dan memotivasi saya selama mengerjakan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Mahidin, M.Pd selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses perkuliahan.
7. Seluruh Bapak/Ibu dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan khususnya prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
8. Bapak Syahrul, S.Pd Kepala sekolah SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi dan Bapak Zulfi Ahmaddani, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling yang banyak membantu dalam penelitian serta Bapak/Ibu guru serta siswa/i yang telah banyak membantu peneliti dalam pengumpulan data dalam penelitian ini.
9. Teristimewa penulis sampaikan terimakasih kepada orangtua tercinta. Papa Edi Sawito,A.Ma dan Mama Aliyem , yang telah memberikan do'a, motivasi dan dukungan baik secara moril maupun materil untuk dapat

menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT. selalu memberikan kesehatan dan umur yang panjang dan selalu dalam lindungan Allah SWT. Amiin.

10. Terimakasih penulis sampaikan kepada abang kandung saya, Mas Hadisyah Putera dan kak santi, Mas Wira Sani Kusuma dan Kak Evi, dan Mas Mhd Tri Alyudah, A.Md yang selalu memberikan semangat kepada saya untuk segera menyelesaikan skripsi saya dan segera pulang kerumah untuk berkumpul bersama keluarga.
11. Seluruh teman-teman Seperjuangan BKI-1 stambuk 2016 yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu. Semoga kita berhasil untuk dunia hingga akhirat, Amin ya Rabbal Alamin.
12. Terima kasih juga kepada rekan seperjuangan selama penyusunan skripsi ini, Aisyah Amini Nst, S.Pd, Balqis Thania, S.Pd, Nurjulia Sulistia Tanti, S.Pd, Elfira Muniroh Manurung, S.Pd, Mia Agustin, S.Pd dan kak Atika Wahyuni Nst, S.Pd yang selalu bersama untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga kita semua sukses, Amiin.
13. Terima kasih juga kepada sahabatku Mutiara kurniati, S.E, M. Azhari Nasution, S.Pd, Bona Bogen Fella Sinaga, S.Psi, Nanda Alif Utama, S.Kom yang telah memberikan semangat untuk menyelesaikan Skripsi ini.
14. Dan semua pihak-pihak terkait yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terimakasih atas segala motivasi yang diberikan, semoga Allah SWT membalas kebaikan yang telah diberikan.



Peneliti menyadari masih memiliki banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh sebab itu kritik dan saran saya harapkan. Akhir kata penulis berharap bahwa skripsi ini dapat bermanfaat semoga Allah SWT memberikan petunjuk kepada kita semua.

**Medan, Maret 2021**

**Ihda Almahrami**  
**33.16.2.080**

## DAFTAR ISI

### PENGESAHAN

### ISTIMEWA

### PERNYATAAN KEASLIAAN SKRIPSI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>ii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>vi</b>
<b>Daftar Tabel .....</b>	<b>ix</b>
<b>Daftar Lampiran .....</b>	<b>x</b>
 <b>Bab I Pendahuluan</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Peneltian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5

### Bab II Kajian Teori

A. Bimbingan dan Konseling Secara Umum	
1. Pengertian Bimbingan .....	7
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islami .....	8
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islami .....	8
4. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islami .....	10

5. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islami .....	11
6. Jenis-Jenis Layanan Bimbingan dan Konseling .....	14
7. Peran Guru Bimbingan dan Konseling .....	18
<b>B. Pengertian Peran dan Ruang Lingkup Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Islam</b>	
1. Pengerian Peran Bimbingan dan Konseling Islam .....	19
2. Ruang Lingkup Bimbingan dan Konseling Islam .....	20
3. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam .....	21
4. Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam .....	22
5. Tahap-Tahap Bimbingann dan Konseling Islam .....	23
<b>C. Mental Hygiene</b>	
1. Pengertian Mental Hygiene dan dalam Terminologi Islam .....	24
2. Ciri-Ciri Kesehatan Mental Menurut Psikologi .....	25
3. Ciri-Ciri Mental yang Sehat Menurut Islam .....	27
4. Ciri-Ciri Orang yang Memiliki Kesehatan Mental yang Baik .....	30
5. Mental Hygiene di Sekolah .....	31
6. Bentuk-Bentuk Gangguan Kesehatan Mental di Sekolah .....	34
7. Penyebab Gangguan Kesehatan Mental pada Anak .....	36
8. Cara-Cara Mengatasi Gangguan Kesehatan Mental Secara Islami .....	37
<b>D. Penelitian Relevan .....</b>	<b>40</b>

### **Bab III Metodologi Penelitian**

A. Jenis Penelitian .....	42
B. Subjek Penelitian .....	42
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
D. Teknik Pengumpulan Data .....	43

E. Teknik Analisis Data .....	44
-------------------------------	----

## **Bab IV Pembahasan dan Temuan Penelitian**

### **A. Temuan Umum**

1. Sejarah Berdirinya SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi .....	46
2. Identitas Sekolah .....	47
3. Visi dan Misi SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi.....	48
4. Rekapitulasi Data Guru dan Siswa SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi.....	48
5. Struktur Kepegawaian SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi.....	54
6. Sarana dan Prasarana SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi.....	54
7. Keadaan Bimbingan dan Konseling SMK Kesehatan Al-Washlyah Kota Tebing Tinggi.....	58

### **B. Temuan khusus**

1. Karakter Siswa yang Mengalami Gangguan Mental Hygiene.....	59
2. Faktor yang Menghambat dan Mendukung Guru BK dalam Mengatasi Mental Hygiene .....	61
3. Upaya yang Dilakukan Guru BK dalam Mengatasi Mental Hygiene.....	64

C. Pembahasan .....	68
---------------------	----

## **Bab V Penutup**

A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71

<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>73</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>75</b>
-----------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Nama Guru SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi.....	49
Tabel 2. Jenjang Pendidikan Guru .....	52
Tabel 3. Jumlah Siswa SMK Kesehatan Al-Washliyah berdasarkan kelas .....	53
Tabel 4. Sarana dan Prasarana SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi. ....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 pedoman wawancara kepala sekolah.....	77
Lampiran 2 pedoman wawancara guru BK.....	78
Lampiran 3 pedoman wawancara wali kelas .....	80
Lampiran 4 pedoman wawancara siswa .....	81

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Semua orang yang hidup di dunia ini sangat menginginkan untuk hidup sehat, karena kesehatan adalah harta yang sangat berharga, banyak cara yang ditempuh oleh seseorang untuk memperoleh kesehatan. Seseorang bisa dikatakan sehat tidak hanya dilihat dari fisiknya saja, tetapi dilihat juga dari kesehatan mentalnya. Kesehatan mental sangat penting untuk selalu dijaga, karena fisik yang kuat tidak akan berarti tanpa mental yang sehat. Tidak ada seorang pun yang tidak ingin mendapatkan ketenangan dalam hidupnya, tetapi tidak jarang juga rintangan yang mungkin dihadapi dan terjadi sehingga banyak orang yang mengalami kegelisahan, kecemasan dan ketidakpuasan.

Penyakit mental merupakan suatu gangguan atau penyakit yang dapat menghalangi seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan normal, karena penyakit mentalnya tersebut membuat seseorang tidak dapat menjalani kehidupannya sesuai keinginannya sendiri secara sadar.

Kesehatan mental (*Mental Hygiene*) yang dalam bahasa Arab disebut *al-Shihhah al-Nafsiyah* adalah kondisi ketika batin kita berada dalam keadaan tenang dan tentram, sehingga memungkinkan kita untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Seseorang yang bermental sehat dapat menggunakan kemampuan atau potensi dirinya secara maksimal dalam menghadapi tantangan hidup, serta menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya, orang yang kesehatannya mentalnya terganggu akan mengalami gangguan suasana hati dan gangguan dalam proses sosialisasinya.

Penyakit mental dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dapat merusak interaksi atau hubungan dengan orang lain, namun juga dapat menurunkan prestasi disekolah dan produktivitas kerja. Lemahnya iman juga menjadi salah satu penyebab kesehatan mental terganggu. Lemahnya ajaran agama yang didapatkan seseorang dalam hidupnya menjadikan ia bisa saja salah dalam melangkah dan salah dalam mengambil keputusan.

Seseorang yang mengalami gangguan dalam kesehatan mentalnya akan sering mengeluhkan gejala yang mengganggu kehidupan dan pekerjaannya. Gejala tersebut berupa perubahan suasana hati, kepribadian, kebiasaan, dan penarikan diri dari lingkungan sosial. Apabila seorang siswa yang mengalami gangguan kesehatan mental maka ia akan mengalami gangguan dalam proses belajarnya ataupun dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekolahnya. Gangguan kesehatan mental yang dialaminya dapat menjadi penghambat yang mungkin sangat sulit apabila tidak segera diselesaikan. Mereka yang mengalami gangguan kesehatan mental akan mengalami penurunan dalam ketertarikan untuk mengikuti pembelajaran.

Dapat ditegaskan bahwa iman dan takwa memiliki relevansi yang sangat erat sekali tentang kejiwaan. Iman dan takwa itulah arti psikologi dan kesehatan mental yang sesungguhnya bagi manusia dalam Islam. Tetapi apabila seseorang tidak memperkuat iman dan takwanya maka ia tidak akan merasa aman, dan selalu merasa cemas dan bisa saja mengalami masalah dalam sosialnya, seperti terjerumus dalam pergaulan bebas, bahkan bisa menjadi lebih parah. Seseorang bisa dikatakan memiliki gangguan dalam kesehatan mentalnya dikarenakan kurangnya pendidikan agama yang ia dapatkan, atau salah dalam memilih pertemanan.

Gangguan kesehatan mental yang mungkin banyak tidak disadari oleh para peserta didik. Karena kesehatan mental tidak bisa dilihat hanya dengan pandangan mata



kosongsaja. Tetapi kesehatan mental dapat dilihat melalui tindakan dan tingkah laku seseorang. Peserta didik yang mengalami gangguan kesehatan mental bisa saja yang memiliki masalah dalam keluarga dan sosialnya. Terutama anak yang mengalami korban perceraian, ia tidak akan mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tuanya sehingga menyebabkan kesehatan mentalnya terganggu dan mengalami masalah dalam proses belajarnya. Bisa juga anak yang salah dalam memilih pergaulannya, salah dalam memilih pertemanan sehingga ia terjerumus kepada pergaulan yang tidak semestinya, seperti narkoba, seks bebas, dll.

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) berperan untuk bisa membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya sehingga peserta didik dapat menjalankan proses belajar dengan baik, dan terbebas dari masalah yang dihadapinya. Tidak lagi mengalami hambatan dalam proses belajarnya dan masalah sosialnya. Sehingga guru BK sangat berperan penting untuk dapat membantu peserta didik dalam menghadapi masalah-masalah yang dialaminya. Karena guru BK mempunyai banyak layanan untuk dapat mengetahui peserta didik tersebut mengalami masalah dalam kesehatan mentalnya atau tidak. Dengan beberapa layanan yang diberikan oleh guru BK akan membantu guru BK mengetahui masalah yang dihadapi oleh siswa. Dan mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapi oleh siswa tersebut.

Para guru yang ada disekolah perlu berkerja sama dengan guru bimbingan dan konseling (BK) untuk bisa memahami mental siswanya yang mungkin masih pada masa transisi, karena tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan dalam mengembangkan mentalnya karena terhambat oleh masalah-masalahnya, seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi, atau masalah akademis yang semuanya dapat menjadi penyebab stres sehingga mengganggu mental mereka. Guru yang memiliki peran langsung untuk memberikan pembelajaran akan lebih tau ketika siswa nya

memiliki masalah atau merasa ada yang aneh dengan cara belajar atau cara bersosialisasi dengan temannya. Maka guru bisa memberitahukan kepada guru BK untuk dapat mengidentifikasi anak tersebut, dan mencari penyebab terjadinya.

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dituntut untuk memahami dan mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi siswa, terutama permasalahan yang langsung berkaitan dengan belajar mereka. Siswa yang mengalami mental hygiene harus di bimbing bahkan bila perlu di konseling agar mereka dapat mengembangkan perilaku yang efektif sehingga tugas-tugas perkembangan pada siswa tersebut dapat tersalurkan dengan baik. Terdapat beberapa layanan dalam bimbingan konseling, yang dapat dilakukan guru BK untuk mengatasi hal itu.

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang ada di SMK Kesehatan Al-Washliyah Tebing Tinggi sepanjang pengamatan yang penulis lakukan guru BK tersebut telah melakukan langkah-langkah untuk mengantarkan siswanya memperoleh kehidupan yang efektif dan mendapatkan hasil belajar yang optimal. Tiap layanan telah mereka lakukan sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang mereka miliki. Apakah secara efektif yang dilakukan oleh guru BK tersebut sudah dapat membantu siswa untuk terbebas dari gangguan kesehatan mental hygiene tersebut. Itulah yang menjadi dasar pikir sehingga peneliti tertarik untuk membahas penelitian dengan judul **“Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Membina Mental Hygiene Siswa di Sekolah SMK Kesehatan Al-Alwashliyah Kota Tebing Tinggi”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana dikemukakan diatas maka masalah penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Bagaimana karakter siswa yang mengalami gangguan mental hygiene di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi?
2. Faktor apa saja yang menghambat dan mendukung guru BK dalam mengatasi siswa yang mengalami gangguan mental hygiene?
3. Upaya apa saja yang telah dilakukan guru BK untuk mengatasi siswa yang mengalami gangguan mental hygiene di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mendeskripsikan karakteristik siswa yang mengalami gangguan mental hygiene di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi
2. Untuk mendeskripsikan faktor pendukung dan penghambat bagi guru BK di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi.
3. Untuk mendeskripsikan upaya apa saja yang telah dilakukan guru BK dalam mengatasi siswa yang mengalami gangguan mental hygiene di SMK AL-Washliyah Tebing Tinggi.

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam pendidikan bimbingan dan konseling.

- b. Memperluas pemahaman tentang mental hygiene.

## 2. Manfaat praktis

- a. Bagi penulis memperluas pengetahuan tentang bagaimana mencegah mental hygiene di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi.
- b. Bagi aparat sekolah diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai wawasan dan bahan pertimbangan atau masukan tersendiri bagi seluruh aparat sekolah di SMK Al-Wasshliyah Tebing Tinggi. Untuk dijadikan langkah positif dalam melakukan penanggulangan terhadap siswa yang mengalami gangguan mental hygiene.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Bimbingan Dan Konseling Secara Umum

##### 1. Pengertian Bimbingan

Bimbingan sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu- individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan- keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan- pilihan, rencana- rencana dan interpretasi- interpretasi yang diperlukan untuk menyesuaikan diri yang baik.<sup>1</sup>

Konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada individu, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu individunya mengatasi masalahnya.<sup>2</sup>

Jadi pengertian bimbingan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing (konselor) kepada individu (konseli) melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, supaya konseli mempunyai kemampuan untuk melihat dan menemukan masalahnya serta mempunyai kemampuan memecahkan masalahnya sendiri.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Prayitno Dan Erman, (2013), *Dasar- Dasar Bimbingan Dan Konseling*, ( Jakarta: Rineka Cipta), hal.94

<sup>2</sup> Tarmizi, (2018), *profesionalisasi profesi konselor berwawasan islami*,( Medan, perdana publishing), hal. 19

<sup>3</sup>Tohirin, (2014), *bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah ( berbasis integrasi)*,( Jakarta: Raja grafindo persada), hal. 25

## 2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islami

Tujuan bimbingan dan konseling islami adalah menjadikan manusia kembali kepada fungsi penciptaanya yakni *Khalifah fil Ardh* yang memiliki keimanan yang kuat, ilmu yang bermanfaat, dan mampu mengamalkan perintah Allah sesuai dengan Syariat. Selain itu juga, bimbingan dan konseling islami menuntut terwujudnya keseimbangan dan keselarasan dalam mengurangi kehidupan di dunia dan membekali diri dalam menggapai kebahagiaan hidup di akhirat. Jadi, tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh bimbingan dan konseling islami ialah membentuk kesempurnaan manusia dalam merealisasikan kehidupannya untuk memperoleh ridho Allah melalui kegiatan berzikir, fikir dan amal shalih, sehingga dapat hidup bahagia dunia dan akhirat.<sup>4</sup>

## 3. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Pembagian fungsi konseling Islami (fungsi umum dan fungsi khusus), pada hakikatnya menegaskan bahwa fungsi konseling Islami secara umum adalah mengembangkan manusia menuju pribadi yang utuh, sedangkan fungsi khusus menunjukkan eksistensi manusia memiliki latar belakang berbeda-beda dari segi ruang dan waktu sehingga fungsi yang diharapkan juga memiliki kekhasan disesuaikan dengan kondisi orang yang dibantu. Rumusan yang luas tentang fungsi konseling Islami antara lain :

### a. Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan (preventif) adalah usaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah. Fungsi pencegahan diharapkan dapat membantu peserta didik/konseli tidak mengalami masalah dalam

---

<sup>4</sup>Tarmizi,(2018), Bimbingan Konseling Islami, (Medan: Perdana Publishing), hal.43

dalam kehidupannya. Ajaran islam sangat menganjurkan manusia untuk berjaga diri sebelum terjerumus pada masalah yang dianggap dzolim.

b. Fungsi Pengembangan

Pengembangan yaitu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli melalui pembangunan jejaring yang bersifat kolaboratif. Dengan fungsi ini diharapkan konseli yang dibimbing dapat meningkatkan prestasinya atau bakat yang dimiliki.

c. Fungsi Penyaluran

Fungsi penyaluran dapat diartikan sebagai usaha membantu konseli merencanakan pendidikan, pekerjaan dan karir masa depan, termasuk juga memilih program peminatan, yang sesuai dengan kemampuan, minat bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadiannya. Fungsi penyaluran merupakan fungsi yang mengarahkan konseli kepada sesuatu perbuatan yang baik atau menyesuaikan dengan bakat dan potensinya. Dalam hal ini fungsi penyaluran dapat dicontohkan dalam tugas yang diberikan Allah swt. kepada kaum mu'minin agar dilaksanakan dan ditaati yang merupakan rahmat dan mudah dilaksanakan sehingga hanya membebani mereka hal-hal yang sesuai dengan kemampuan mereka.

d. Fungsi Perbaikan

Perbaikan dan penyembuhan yaitu membantu peserta didik/konseli yang bermasalah agar dapat memperbaiki kekeliruan berfikir, berperasaan, berkehendak, dan bertindak. Konselor atau guru bimbingan dan konseling memberikan perlakuan terhadap konseli supaya memiliki pola pikir yang rasional dan memiliki perasaan yang tepat, sehingga konseli berkehendak merencanakan dan melaksanakan tindakan yang produktif dan normatif.

Fungsi perbaikan yaitu mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur dilakukan dan perbaikannya juga harus dihubungkan dengan Al-Quran. Dalam hal fungsi perbaikan dapat contohkan dalam upaya seseorang agar tidak berputus asa dengan segala upayanya. Seorang harus dapat mengembangkan sikap optimis dan menghindari pesimis di dalam menghadapi permasalahan.<sup>5</sup>

#### **4. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islami**

Dalam konteks bimbingan dan konseling islami, prinsip merupakan ciri khas yang membedakan kajian konseling dengan kajian-kajian lainnya. Prinsip-prinsip bimbingan konseling atas ajaran islam, antara lain :

- a. Bahwa nasehat itu merupakan salah satu pilar agama seperti dalam hadits bahwa agama itu nasehat, yang menurut Al-Nawawi nasehat adalah mendorong kebaikan kepada yang dinasehati.
- b. Bahwa konseling kejiwaan adalah pekerjaan yang mulia karena membantu orang lain mengatasi kesulitan.
- c. Konseling agama harus dilakukan sebagai pekerjaan ibadah.
- d. Setiap orang muslim yang memiliki kemampuan bidang konseling islam memiliki tanggung jawab moral dalam penggunaan konseling agama.
- e. Meminta bantuan bagi orang yang membutuhkan dan memberikan bantuan konseling agama hukumnya wajib bagi konselor yang sudah mencapai derajat spesialis.
- f. Pemberian konseling sejalan dengan syariat islam.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Ibid, Tarmizi, hal.48

<sup>6</sup> Ibid, Tarmizi, hal.70



## 5. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islami

Dalam penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling memiliki asas-asas atau ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan ini. Asas-asas yang dimaksudkan tersebut sebagai berikut:

### a. Asas Kerahasiaan

Yaitu menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang peserta didik (individu) yang menjadi sasaran layanan, dan atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain.

### b. Asas Kesukarelaan

Yaitu menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan individu mengikuti, menjalani layanan yang diperlukan baginya. Dalam hal ini konselor berkewajiban membina dan mengembangkan kesukarelaan tersebut.

### c. Asas Keterbukaan

Yaitu menghendaki agar individu yang menjadi sasaran layanan bersifat terbuka dan tidak berpura-pura, baik di dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya sendiri.

### d. Asas Kekinian

Yaitu menghendaki agar objek sasaran layanan bimbingan dan konseling ialah permasalahan individu dalam kondisinya sekarang. Layanan yang berkenaan dengan masa depan atau kondisi masa lampau pun dilihat dampak atau kaitannya dengan kondisi yang ada dan apa yang diperbuat sekarang.

### e. Asas Kemandirian

Yaitu menunjuk pada tujuan umum bimbingan dan konseling, yakni individu sebagai sasaran layanan bimbingan dan konseling diharapkan menjadi

individu yang mandiri dengan ciri mengenal dan menerima diri sendiri dan lingkungannya, mampu mengambil keputusan, mengarahkan serta mewujudkan diri sendiri.

f. Asas Kegiatan

Yaitu menghendaki agar individu yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif di dalam penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini konselor perlu mendorong individu untuk aktif dalam setiap layanan bimbingan dan konseling yang diepruntukkan baginya.

g. Asas Kedinamisan

Yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar isi layanan terhadap sasaran layanan yang sama kehendaknya selalu bergerak maju, tidak monoton dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan dari waktu ke waktu.

h. Asas Keterpaduan

Yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar berbagi layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling, baik yang dilakukan oleh konselor maupun pihak lain, saling menunjang, harmonis dan terpadu.

i. Asas Kenormatifan

Yaitu usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik ditinjau dari norma agama, adat, hukum ilmu pengetahuan, maupun kebiasaan sehari-hari. Asas kenormatifan ini ditetapkan terhadap isi maupun proses penyelenggaraan bimbingan dan konseling.

j. Asas Keahlian

Yaitu menghendaki agar layanan bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional. Dalam hal ini para pelaksana konseling hendaklah tenaga yang benar-benar ahli dalam bidang bimbingan dan konseling.

k. Asas Alih Tangan Kasus

Yaitu menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling secara tepat dan tuntas atas suatu permasalahan individu mengalih tangankan permasalahan itu kepada pihak yang lebih baik.

l. Asas Tut Wuri Handayani

Yaitu asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan dapat menciptakan suasana yang mengayomi (memberikan rasa aman), mengembangkan keteladanan, memberikan rangsangan dan dorongan serta kesempatan yang seluas-luasnya kepada individu untuk maju.<sup>7</sup>

m. Asas Ketauhidan

Layanan konseling islami harus dilaksanakan atas dasar prinsip Ketuhanan Yang Maha Esa (prinsip tauhid), dan harus berangkat dari dasar ketauhidan menuju manusia yang mentauhidkan Allah sesuai dengan hakikat islam sebagai agama tauhid. Seluruh prosesnya harus pula berlangsung secara tauhidi sebagai awal dan akhir dari hidup manusia. Konseling islami yang berupaya menghantar manusia untuk memahami dirinya dalam posisi vertikal (tauhid) dan horizontal (muamalah) akan gagal mendapat sarinya jika tidak berorientasi pada keesaan Allah.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup>Ibid, Tarmizi, hal. 30

<sup>8</sup> Ibid, Tarmisi, hal. 66

## 6. Jenis- Jenis Layanan Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling dilaksanakan dalam bentuk layanan. Adapun jenis-jenis layanan dalam bimbingan dan konseling, sebagai berikut :

### a. Layanan Orientasi

Orientasi berarti tatapan ke depan ke arah dan tentang sesuatu yang baru. Layanan orientasi (disingkat ORIN) berupaya menjembatani kesenjangan antara kondisi seseorang dengan suasana ataupun objek-objek baru. Layanan ini juga secara langsung ataupun tidak langsung “mengantarkan” orang yang dimaksud memasuki suasana ataupun objek baru agar ia dapat mengambil manfaat berkenaan dengan situasi atau objek baru itu. Konselor bertindak sebagai pembangunan jembatan atau agen yang aktif “mengantarkan” seseorang memasuki daerah baru.<sup>9</sup>

### b. Layanan Informasi

Diperlukannya informasi bagi individu semakin penting mengingat kegunaan informasi sebagai acuan untuk bersikap dan bertindak laku sehari-sehari, sebagai pertimbangan bagi arah pengembangan diri, dan sebagai dasar pengambilan keputusan. Kegunaan yang dimaksud terkait pula dengan adanya berbagai kesempatan di masyarakat sekitar, masyarakat yang lebih luas, maupun masyarakat global. Tanpa informasi yang cukup individu akan tidak mampu mengisi kesempatan yang ada itu. Salah pilih sekolah, salah pilih pekerjaan, sering kali menjadi akibat dari kurangnya informasi.

Layanan Informasi berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Dalam layanan ini, kepada peserta layanan disampaikan berbagai

---

<sup>9</sup> Prayitno, (2017), *Konseling Profesional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada), hal 49

informasi. Informasi itu kemudian diolah dan digunakan oleh individu untuk kepentingan hidup dan perkembangannya. Layanan Informasi diselenggarakan oleh konselor yang diikuti oleh seseorang atau lebih peserta.<sup>10</sup>

c. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan Penempatan dan Penyaluran (PP) membantu individu atau klien untuk dapat terhindar (fungsi pencegahan) dari dan tidak mengalami *mismatch*. Individu dengan potensi dan kondisi diri tertentu ditempatkan pada lingkungan yang lebih serasi agar potensi yang ada dapat berkembang secara optimal. Di samping itu, layanan ini berusaha mengurangi sampai seminimal mungkin dampak lingkungan dan bahkan mengupayakan dukungan yang lebih besar dan optimal terhadap pengembangan potensi individu di satu sisi, sedangkan di sisi lain memberikankesempatan dan ruang sebesar-besarnya bagi pengembangan potensi yang dimaksud (fungsi pengembangan). Di tempat dan kondisi yang cocok, diharapkan potensi individu tersalurkan dan berkembang secara optimal.<sup>11</sup>

d. Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten (PKO) merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun kelompok atau klasikal) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu. Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, afeksi, sikap dan tindakan yang terkait di dalamnya. Layanan penguasaan konten membantu individu menguasai aspek-aspek konten tersebut secara terintegrasi. Dengan penguasaan konten, individu diharapkan mampu memiliki sesuatu yang berguna untuk memenuhi kebutuhannya

---

<sup>10</sup> Ibid, Prayitno, hal.65

<sup>11</sup> Ibid, Prayitno, hal. 80

sehari-hari serta mengatasi masalah-masalah yang dialaminya terkait dengan konten yang dimaksud.<sup>12</sup>

e. Layanan Konseling Perorangan

Konseling perorangan (KP) merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien). Bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah. Layanan KP adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh.<sup>13</sup>

f. Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok

Bimbingan kelompok (BKp) dan konseling kelompok (KKp) mengaktifkan *dinamika kelompok* untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Dalam BKp dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, sedangkan dalam KKp dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Baik topik umum maupun masalah pribadi itu dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota di bawah bimbingan pemimpin kelompok (konselor).<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Ibid, Prayitno, hal.94

<sup>13</sup> Ibid, Prayitno, hal.107

<sup>14</sup> Ibid, Prayitno, hal.133

g. Layanan Konsultasi

Layanan konsultasi (KSI) merupakan layanan konseling yang dilaksanakan oleh konselor terhadap seorang pelanggan, disebut *konsulti* yang memungkinkan konsulti memperoleh wawasan, pemahaman dan cara-cara yang perlu dilaksanakannya dalam menangani kondisi dan permasalahan pihak ketiga.

Konsulti pada dasarnya dilaksanakan secara perorangan dalam format tatap muka antara konselor (sebagai konsultan) dan konsulti.<sup>15</sup>

h. Layanan Mediasi

Layanan mediasi merupakan layanan konseling yang dilaksanakan konselor terhadap dua pihak (atau lebih) yang sedang dalam keadaan saling menemukan kecocokan. Ketidaccocokan itu menjadikan mereka saling berhadapan, saling bertentangan, saling bermusuhan. Pihak-pihak yang berhadapan itu jauh dari rasa damai, bahkan mungkin berkehendak saling menghancurkan. Keadaan yang demikian itu akan merugikan kedua pihak (atau lebih). Dengan layanan mediasi konselor berusaha membangun hubungan antara mereka, sehingga mereka menghentikan dan terhindar dari pertentangan lebih lanjut yang merugikan semua pihak.<sup>16</sup>

i. Layanan Advokasi

Salah satu fungsi konseling adalah fungsi *advokasi* yang artinya membela hak seseorang yang tercederai. Sebagaimana diketahui bahwa setiap orang memiliki berbagai hak yang secara umum dirumuskan di halaman dokumen HAM ( Hak Asasi Manusia). Berlandaskan HAM itu setiap orang memiliki hak-hak yang menjamin keberadaanya, kehidupannya dan perkembangan dirinya. Fungsi advokasi dalam konseling berupaya memberikan bantuan (oleh konselor) kepada

---

<sup>15</sup> Ibid, Prayitno, hal.169

<sup>16</sup> Ibid, Prayitno, hal.194

orang atau individu atau klien yang bersangkutan kembali memperoleh hak-haknya yang selama ini dirampas, dihalangi, dihambat, dibatasi atau kurang terpenuhi, atau bahkan dijegal oleh pihak lain. Layanan *advokasi* dalam konseling berusaha mengembalikan hak pendidikan/pembelajaran siswa itu sehingga keberlangsungan studi SMA-nya tidak dirugika.<sup>17</sup>

## **7. Peran Guru Bimbingan dan Konseling**

Bimbingan dan konseling adalah salah satu komponen yang penting dalam proses pendidikan sebagai suatu sistem. Bimbingan konseling dipahami sebagai suatu proses bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu secara berkelanjutan, agar yang bersangkutan dapat memahami diri sendiri, menghubungkan tentang pemahaman dirinya dan tuntutan lingkungan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Seorang konselor harus bisa menjadikan siswa memiliki mental yang sehat yaitu suatu mental yang mampu menyesuaikan diri dengan orang lain, dengan lingkungan sekitarnya, dan terhindar dari gejala jiwa yang mengarah kepada sikap destruktif ataupun pelanggaran moral.

Secara umum peran guru bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik untuk mengenal bakat, minat dan kemampuannya, serta memilih dan menyesuaikan diri dengan kesempatan pendidikan untuk merencanakan karier yang sesuai dengan tuntutan dunia kerja. Semua tujuan tersebut diletakkan dalam program tugas yang dimiliki oleh seorang guru bimbingan dan konseling atau konselor di sekolah antara lain.

---

<sup>17</sup> Ibid, Prayitno, hal.219



- a. Mengadakan penelitian ataupun observasi terhadap situasi atau keadaan sekolah, baik mengenai peralatan, tenaga, penyelenggara maupun aktivitas-aktivitas lainnya.
- b. Kegiatan penyusunan program dalam bidang bimbingan pribadi sosial,, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
- c. Kegiatan melaksanakan dalam pelayanan bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
- d. Kegiatan evaluasi pelaksanaan layanan dalam bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, bimbingan karir serta semua jenis layanan.
- e. Menyelenggarakan bimbingan terhadap siswa, baik yang bersifat preventif, perservatif maupun yang bersifat korektif atau kuratif.
- f. Sebagaimana guru mata pelajaran, guru pembimbing atau konselor yang membimbing 150 orang siswa dihargai sebanyak 18 jam.<sup>18</sup>

## **B. Pengertian Peran dan Ruang Lingkup Bimbingan dan Konseling Islam dalam Perspektif Islam**

### **1. Peran Bimbingan dan Konseling Islami**

Pendidikan pada hakekatnya merupakan usaha sadar untuk mengembangkan kepribadian yang berlangsung seumur hidup baik disekolah maupun di madrasah. Bimbingan dan konseling memahami individu yang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*on becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan dan kemandirian tersebut, konseli memerlukan

---

<sup>18</sup>Sabrina M.Ilyas, (2018), *Peran Gur Bimbingan Dan Konseling Mengatasi Trend Lgbt (Lesbian, Gay, Bisexual, Dan Transgender) Di Sma Negeri 1 Aceh Tamiang*, Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, Vol.1, No.1, hal.63

bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya.

Perkembangan konseling tidak terlepas dari pengaruh lingkungan, baik fisik, psikis, maupun social. Sifat yang melekat pada lingkungan adalah perubahan. Perubahan yang terjadi dalam lingkungan dapat mempengaruhi gaya hidup (*life style*) warga masyarakat. Upaya menangkal dan mencegah perilaku-perilaku yang tidak diharapkan, adalah mengembangkan potensi konseli dan memfasilitasi mereka secara sistematis dan terprogram untuk mencapai standar kompetensi kemandirian.<sup>19</sup>

## **2. Ruang Lingkup Bimbingan dan Konseling**

Dari sekian banyak ruang lingkup bimbingan dan konseling islami, antara lain:

### **a. Konseling Keluarga**

Dalam membicarakan konseling keluarga islami mengawalinya dengan pembentukan keluarga (rumah tangga) islami yang ditandai dengan dilaksanakannya pernikahan sebagai awal untuk memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

### **b. Konseling Sosial**

Disadari atau tidak, ternyata manusia tidak bisa hidup sendirian tanpa bantuan dan pertolongan orang lain. Demikian juga halnya dalam interaksi sosial, setiap orang mempunyai bakat, minat, emosi, kepentingan dan berbagai perbedaan individu lainnya yang kesemuanya ini dapat menyebabkan terjadinya konflik sosial.

### **c. Konseling Keagamaan Islami**

Manusia adalah makhluk beragama. Oleh karena itu agama pada hakekatnya tidak dapat dipisahkan dari kehidupan umat manusia. Menurut ajaran islam, setiap

---

<sup>19</sup> Anas Rohman, (2016), Peran Bimbingan dan Konseling Islam dalam Pendidikan, Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 4. No.1, hal.149

orang yang dilahirkan ke muka bumi ini dalam keadaan suci dan membawa fitrah ke-agamaan.

d. **Konseling Kerja Islam**

Islam menganjurkan umatnya agar senantiasa bekerja dan berusaha untuk memenuhi keperluan hidupnya, baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani. Prinsip yang ditekankan dalam berusaha dan bekerja ini ialah mengejar dunia seolah-olah bakal hidup selama-lamanya, tetapi juga harus mengingat akhirat seolah-olah besok akan mati.<sup>20</sup>

### **3. Pengertian Bimbingan dan Koseling Islam**

Bimbingan dan konseling islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan *fitrah-iman* dan kembali kepada *fitrah-iman*, dengan cara memberdayakan fitrah-fitrah (jasmani, rohani, nafs, dan iman) *mempelajari* dan *melaksanakan* tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar. Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat.

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling islami adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa *berkembang* dan *berfungsi* dengan baik, sehingga menjadi *pribadi kaaffah*, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, tujuan konseling model ini adalah meningkatkan *iman, islam dan*

---

<sup>20</sup> Lahmuddin Lubis, (2021), Konseling dan terapi Islami, (Medan: Perdana publishing), hal.79

*ihسان* individu yang dibimbinga hingga menjadi pribadi yang utuh. Dan pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.<sup>21</sup>

#### 4. Prinsip-Prinsip Bimbingan dan Konseling Islami

- a. Manusia ada di dunia ini bukan ada dengan sendirinya, tetapi ada yang menciptakannya yaitu Allah swt. Ada hukum-hukum atau ketentuan Allah yang pasti berlaku untuk semua manusia sepanjang masa.
- b. Manusia adalah *hamba Allah* yang harus selalu ber-*ibadah* kepada-Nya sepanjang hayat. Oleh sebab itu dalam membimbing individu perlu diingatkan, bahwa agar segala aktivitas yang dilakukan bisa mengandung makna *ibadah*, maka dalam melakukannya harus sesuai dengan “*cara Allah*” dan diniatkan untuk mencari *ridho Allah*.
- c. Allah menciptakan manusia melaksanakan *amanah* dalam bidang masing-masing sesuai ketentuan-Nya. Oleh sebab itu dalam membimbing individu perlu diingatkan bahwa ada *perintah* dan *larangan* Allah yang harus dipatuhi, yang pada saatnya akan dimintai tanggung jawab dan mendapat balasan dari Allah swt.
- d. Manusia sejak lahir dilengkapi dengan *fitrah* berupa *iman*, iman amat penting bagi keselamatan hidup manusia di duniadan akhirat. Oleh sebab itu kegiatan konseling seyogianya difokuskan pada membantu individu *memelihara* dan *menyuburkan* iman. Iman perlu dirawat agar tumbuh subur dan kokoh, yaitu dengan selalu *memahami* dan *mentaati* aturan Allah. Oleh sebab itu dalam membimbing individu diarahkan agar individu mampu *memahami* Al-Quran dan *mengamalkannya* dalam kehidupan sehari-hari.

---

<sup>21</sup> Gudnanto, (2015), *Bimbingan dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia*, Jurnal Konseling Gusjigang, Vol.1 No.1, hal.2

- e. Islam mengakui bahwa pada diri manusia ada sejumlah dorongan yang perlu dipenuhi, tetapi dalam pemenuhannya diatur sesuai tuntutan Allah. Bahwa dalam membimbing individu seharusnya diarahkan agar individu secara bertahap mampu membimbing adalah dirinya sendiri, maka dalam membimbing individu seharusnya dibantu agar secara bertahap mereka mampu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar.
- f. Islam mengajarkan agar umatnya saling menasehati dan tolong menolong dalam hal kebaikan dan *taqwa*. Oleh karena itu segala aktivitas membantu individu yang dilakukan dengan mengacu pada tuntutan Allah tergolong *ibadah*.<sup>22</sup>

## 5. Tahap-Tahap Bimbingan dan Konseling Islami

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi sehingga tidak membosankan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir sangat bermakna dan berguna. Ada 3 tahapan proses konseling, yaitu :

- a. Tahap awal yang bertujuan untuk membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penaksiran dan penjajakan, serta menegosiasikan kontrak.
- b. Tahap pertengahan (tahap kerja) yang bertujuan menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu selalu terpelihara serta proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.
- c. Tahap akhir (tahap tindakan) yang bertujuan memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai, terjadinya tranfer of learning, melaksanakan perubahan

---

<sup>22</sup> Ibid, Gudnanto, hal.3

perilaku serta mengakhiri hubungan konseling. Tahap akhir ini menjadi berhasil dan sukses ditandai dengan menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang positif, sehat dan dinamika, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas serta terjadinya perubahansikap positif yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadkan sikap yang suka menyalahgunakan dunia luar. Klien sudah berfikir secara realistis dan percaya diri.<sup>23</sup>

## C. Mental Hygiene dan Mental Hygiene dalam Kajian Islam

### 1. Pengertian Mental Hygiene

Istilah kesehatan mental diambil dari konsep *Mental Hygiene*. Kata mental berasal dari bahasa Yunani yang berarti *Kejiwaan*. Kata mental memiliki persamaan makna dengan kata *psyche* yang berasal dari bahasa Latin yang berarti pshikis atau jiwa. Hygiene berasal dari bahasa Inggris yang berarti kesehatan. Mental hygiene berarti kesehatan mental.

Di kalangan ahli kesehatan mental, istilah yang digunakan untuk menyebut kesehatan mental berbeda-beda dengan kriteria berbeda pulak. Banyak defenisi yang dikemukakan berkaitan dengan kesehatan mental. Mustafa fahmi mendefenisikan kesehatan mental menjadi dua defenisi. *Pertama*, kesehatan mental adalah bebas dari gejala-gejala penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. Pengertian ini banyak dipakai dalam lapangan kedokteran jiwa (psikiatri). *Kedua*, kesehatan mental adalah cara aktif, luas, lengkap tidak terbatas, ia berhubungan dengan kemampuan orang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan masyarakat lingkungannya, hal

---

<sup>23</sup> Juli Andriyani, (2018), *Konsep Konseling Individual dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga*, Jurnal At-Taujih, Vol.1.No.1, hal.27

itu membawanya kepada kehidupan yang sunyi dari kegoncangan dan penuh vitalitas. Seorang yang bermental sehat dapat menerima dirinya dan tidak terdapat padanya tanda-tanda yang menunjukkan tidak keserasian sosial, juga tidak melakukan hal-hal tidak wajar yang menunjukkan kestabilan jiwa, emosi, dan pikiran dalam berbagai lapangan dan dibawah pengaruh semua keadaan.<sup>24</sup>

Masalah kesehatan mental di Indonesia masih dngat tinggi prevalensinya, terutama pada kalangan usia lima belas tahun keatas. Menurut data dan riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan Repulik Indonesia, tingkat kecenderungan kasus gangguan kesehatan mental (emosional) yang ditunjukkan melalui gejala seperti depresi dan panik/kecemasan adalah sebanyak 6% pada kalangan 15 tahun ke atas. Namun, pada kenyataannya penggunaan layanan kesehatan mental secara maksimal masih terhalang dengan adanya stigma kepada penderita gangguan mental yang datang baik dari individu itu sendiri maupun lingkungan sosial.<sup>25</sup>

## **2. Ciri-Ciri Kesehatan Mental Menurut Psikologi**

Kondisi kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang adanya suatu ketenangan batin secara psikologis. Individu yang memiliki kesehatan mental yang baik akan mampu mengembangkan dirinya menjadi pribadi yang produktif. Selanjutnya, sekolah yang secara psikologis memiliki kesehatan mental yang baik akan melahirkan individu yang sejahtera secara psikologis.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup>Masganti Sit, (2014), *Psikologi Agama*, (Medan:Perdana Publishing), hal.155

<sup>25</sup> Jonathan Soebiantoro, (2017), *Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma Pada Penggunaan Layanan Kesehatan Mental*, Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental, Vol.2 No.2, hal.2

<sup>26</sup>Ifdil, (2018), *Mengembangkan Kesehatan Mental Di Lingkungan Keluarga Dan Sekolah*, Jurnal Innovative Counseling, Vol.2, No.2, hal.6

Mental yang sehat memiliki ciri-ciri tertentu secara psikologi. Bastaman merangkum pandangan-pandangan tentang kesehatan mental menjadi empat pola wawasan dengan masing-masing orientasinya sebagai berikut.

**Pertama**, pola wawasan yang berorientasi *sistomatis* menganggap bahwa hadirnya gejala (*symptoms*) dengan keluhan (*complaints*) merupakan tanda adanya gangguan atau penyakit yang diderita seseorang. Sebaliknya hilang atau berkurangnya gejala dan keluhan-keluhan itu menunjukkan bebasnya seseorang dari gangguan atau penyakit tertentu. Kondisi jiwa yang sehat ditandai oleh bebasnya seseorang dari gejala-gejala gangguan kejiwaan tertentu (*psikosis*).

**Kedua**, pola wawasan yang berorientasi peyesuaian diri. Pola ini berpandangan bahwa kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri merupakan unsur utama dari kondisi jiwa yang sehat. Penyesuaian diri diartikan secara luas, yakni secara aktif berupaya memenuhi tuntutan lingkungan tanpa kehilangan harga diri, atau memenuhi kebutuhan-kebutuhan pribadi tanpa melanggar hak-hak orang lain.

**Ketiga**, pola wawasan yang berorientasi pengembangan potensi pribadi. Bertolak dari pandangan bahwa manusia adalah makhluk bermartabat yang memiliki berbagai potensi dan kualitas yang khas insani (*human qualities*), seperti kreatif, rasa humor, rasa tanggung jawab, kecerdasan, kebebasan bersikap, dan sebagainya. Menurut pandangan ini sehat mental terjadi bila potensi-potensi tersebut dikembangkan secara optimal sehingga mendatangkan manfaat bagi diri sendiri dan lingkungannya.

**Keempat**, pola wawasan yang berorientasi agama/kerohanian. Berpandangan bahwa agama/kerohanian memiliki daya yang dapat menunjang kesehatan jiwa.



Kesehatan jiwa diperoleh sebagai akibat dari keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan, serta menerapkan tuntunan-tuntunan keagamaandalam hidup. Atas dasar pandangan-pandangan tersebut dapat diajukan secara operasional tolak ukur kesehatan jiwa atau kondisi jiwa yang sehat, yakni :

- a. Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan.
- b. Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
- c. Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
- d. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan, dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari-hari.<sup>27</sup>

### **3. Ciri-Ciri Mental Yang Sehat Menurut Islam**

Menurut Zakiyah Daradjat, manusia memiliki 2 kebutuhan pokok, yaitu: *Pertama*, kebutuhan primer yaitu kebutuhan jasmaniah: makan, minum, seks (didapat secara fitrah tanpa dipelajari). *Kedua*, kebutuhan sekunder atau kebutuhan rohaniah yaitu jiwa sosial (kebutuhan yang hanya terdapat pada manusia dan sudah dirasakan sejak kecil.kebutuhan sekunder dijabarkan kepada 6 macam, yaitu kebutuhan akan rasa kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses, dan rasa ingintahu. Selain bermacam kebutuhan, masih ada lagi yang perlu dipenuhi yaitu kebutuhan akan agama. Oleh karena itu, manusia dapat menyelesaikan berbagai persoalan masalah melalui pendekatan agama. Karena agama islam dengan pedoman

---

<sup>27</sup> Ibid, Masganti Sit, hal. 158

pada Al-Qur'an dan Hadits memberikan tuntuna dalam beribadah kepada Allah swt. dan bermu'amalah kepada lingkungan.<sup>28</sup>

Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir menyatakan tanda-tanda kesehatan mental adalah adanya perasaan cinta. Cinta dianggap sebagai tanda kesehatan mental sebab cinta menunjukkan diri positif. Cinta mendorong individu untuk hidup berdamai, rukun, dan saling menyayangi.

Menurut Usman Najati kesehatan mental ditandai dengan ketenangan jiwa, akhlak mulia, kesehatan dan kekuatan badan, memenuhi kebutuhan dasar dengan cara yang halal, memenuhi kebutuhan spiritual dengan berpegang teguh pada akidah, mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan menjalankan ibadah dan melakukan amal shaleh, dan menjauhkan diri dari segala keburukan yang dapat menyebabkan Allah SWT murka.

Di dalam Al-Qur'an jiwa yang sehat ditandai dengan sikap *siddiq* (jujur), *amanah* (dipercaya), *fatamah* (cerdas), dan *tablig* (menyampaikan). Ciri pertama adalah jujur. Allah berfirman tentang orang yang jujur sebagai hamba Allah yang taat dalam Q.S. al-Ahzab ayat 24 yang berbunyi :

لِيَجْزِيَ اللَّهُ الصَّادِقِينَ بِصِدْقِهِمْ وَيُعَذِّبَ الْمُنَافِقِينَ إِنْ شَاءَ أَوْ يَتُوبَ عَلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا

رَّحِيمًا

"supaya Allah memberikan balasan kepada orang-orang yang benar itu karena kebenarannya, dan menyiksa orang munafik jika dikehendaki-Nya, atau

---

<sup>28</sup>Noor Jannah, (2015), *Bimbingan Konseling Keagamaan Bagi Kesehatan Mental Lansia*, Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, Vol.2, No.2, hal.358

*menerima taubat mereka. Sesungguhnya Allah adalah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*<sup>29</sup>

Ciri *kedua* pribadi yang sehat adalah pribadi yang dapat memelihara amanat, menyampaikannya atau melaksanakannya. Sebagaimana Allah berfirman dalam Q.S. al-Ma'rij ayat 32 berbunyi :

وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ

*”Dan orang-orang yang memelihara amanat yang dipikulnya dan janji-janjinya.”*<sup>30</sup>

Ciri *ketigafatanah* (cerdas). Cerdas secara intelektual (IQ), cerdas secara emosional (EQ), dan cerdas secara spiritual (SQ) dalam perimbangannya yang tinggi. Lebih tepat dikatakan IQ-EQ-SQ berkembang secara terintegrasi. Pribadi yang sehat meningkatkan derajat karirnya karena ilmu dan kompetensinya.

Ciri *keempat tabligh* yaitu menyampaikan ajaran ilahi dan mengajak ke jalan Tuhan (nilai-nilai keutuhan, etika, kehalusan dan kebenaran pada umumnya). Umat yang terbaik diidentifikasi dari kepeduliannya pada kondisilingkungan masyarakat yakni dengan upayanya untuk mengajak dan menyebar kebajikan dan mencegah kemungkaran.<sup>31</sup> Allah berfirman tentang hubungan kecerdasan dengan jiwa yang sehat dalam Q.S al-Ahzab ayat 39:

الَّذِينَ يُبَلِّغُونَ رِسَالَاتِ اللَّهِ وَيَخْشَوْنَهُ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ ۚ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ حَسِيبًا

<sup>29</sup> Kementrian Agama RI, (2012), Al-Quran dan Terjemah New Cardova, Bandung: Sygma, hal.421

<sup>30</sup> Kementrian Agama RI, (2012), Al-Quran dan Terjemah New Cardova, Bandung: Sygma, hal.569

<sup>31</sup>Ibid, Masganti Sit, hal. 164

*“orang-orang yang menyampaikan risalah Allah dan mereka (hanya) takut kepada-Nya dan mereka tiada merasa takut kepada seorangpun selain kepada Allah. Dan cukuplah Allah sebagai Pembuat Perhitungan.”<sup>32</sup>*

#### **4. Ciri-Ciri Orang yang Memiliki Kesehatan Mental Yang Baik**

Meskipun setiap daerah memiliki standart tersendiri yang terkait dengan kesehatan mental, namun secara umum terdapat ciri-ciri seseorang yang memiliki kesehatan mental yang baik, antara lain :

- a. Seseorang akan memiliki perasaan bahagia dan kepuasan dalam menjalani kehidupan.
- b. Seseorang akan memiliki semangat dalam menjalani kehidupan.
- c. Seseorang akan memiliki daya hidup untuk dapat mengatasi stres hidup dan bangkit dari kegagalan hidup yang dialami.
- d. Seseorang akan memiliki kemampuan untuk merealisasikan diri. Kemampuan realisasi diri adalah kemampuan berpartisipasi dalam hidup sesuai dengan pootensi yang ada dalam dirinya.
- e. Seseorang akan memiliki kemampuan yang flesibilitas. Kemampuan ini adalah kemampuan untuk berubah, dan mengalami berbagai variasi perasaan sejalan dengan variasi perubahan kondisi kehidupan yang dialami.
- f. Seseorang akan memiliki perasaan tentang keseimbangan hidup. Yang dimaksud dengan keseimbangan hidup adalah keseimbangan antara bermain dan belajar, tidur dan bangun, serta istirahat dan beraktivitas.

---

<sup>32</sup>Kementrian Agama RI, (2012), Al-Quran dan Terjemah New Cardova, Bandung: Sygma, hal. 423

- g. Seseorang akan memiliki perasaan tentang keutuhan pandangan tentang hidup yang meliputi pandangan tentang roh, jiwa, tubuh, kreativitas, dan perkembangan intelektual.
- h. Seseorang akan memiliki perhatian kepada dirinya sendiri dan orang lain.
- i. Seseorang akan memiliki kepercayaan diri dan penilaian diri yang baik kepada diri sendiri.<sup>33</sup>

## 5. Mental Hygiene di sekolah

Sekolah memegang peranan penting bagi perkembangan mental bagi siswa-siswanya. Sekolah merupakan kelompok kedua yang mengambil andil atau turut berperan dalam mengembangkan karakter, potensi dan mental. Seorang anak setelah di lingkungan keluarga, sekolah juga memiliki peran yang sangat besar untuk memberikan dorongan terhadap individu seorang anak agar dapat berkembang secara baik sesuai dengan porsi perkembangannya.

Tak lepas dari hal tersebut, fungsi guru yang seharusnya secara sempit hanya menjadi seorang pendidik, maka guru juga harus berfungsi sebagai orang tuabagi siswa saat berada disekolah. Hal ini bertujuan agar anak tidak kehilangan sosok orangtua yang bisa mengarahkan dan mengayomi ketika ia mendapatkan depresi atau stres karena masalah ketika ia berada di lingkungan sekolah. Guru harus terbuka dan lebih peka terhadap keadaan siswanya atau bahkan permasalahan yang sedang dialami

---

<sup>33</sup>Fattah Hanurawan, (2012), *Strategi Pengembangan Kesehatan Mental di Lingkungan Sekolah*, Jurnal Psikopedagogia, Vol.1, No.1, hal.3

oleh siswanya dengan memberikan solusi, masukan dan dorongan dengan baik kepada siswanya.<sup>34</sup>

Pemahaman pimpinan sekolah dan guru-guru (terutama guru BK atau konselor) tentang mental *hygiene* sangatlah penting. Pimpinan dan para guru secara sinergi dapat menciptakan iklim kehidupan sekolah (fisik, emosional, sosial, maupun moral spiritual) untuk perkembangan kesehatan mental para siswa. Di samping itu, mereka dapat memantau gejala gangguan mental para siswa sedini mungkin. Mereka dapat memahami masalah mental yang dapat diatasi sendiri, dan dapat menentukan mana yang seharusnya dirujuk kepada para ahli yang lebih profesional.

Para guru di SLTP dan SLTA perlu memahami kesehatan mental siswanya yang berada pada masa transisi, karena tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan mengembangkan mentalnya karena terhambat oleh masalah-masalahnya, seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi atau masalah akademis yang semuanya dapat menjadi sumber stres.

Ketidaksiapan dalam menghadapi ujian, *bullying*, ketidakpercayaan diri, kehamilan di luar nikah, bahkan perilaku bunuh diri karena tidak lulus UN merupakan beberapa indikasi adanya ketidakmampuan pada pribadi siswa dalam menangani masalah pada dirinya, juga merupakan tanda adanya gangguan kesehatan mental, mengingat remaja merupakan fase yang rawan, labil, dan dinamis.

Sebelum melangkah lebih jauh, kesehatan mental pada umumnya tak kalah penting dengan masalah kesehatan jasmani. Apabila pada hal ini mengalami gangguan, maka dapat menimbulkan hal-hal negatif yang tidak diinginkan, layaknya gangguan pada kesehatan jasmani. Adapun yang membedakan dari keduanya adalah bahwa

---

<sup>34</sup> Edi Kuswadi, (2019), *Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pengembangan Mental Siswa*, Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam, Vol.9, No.1, hal.2

gangguan pada kesehatan mental berakibat pada timbulnya perilaku menyimpang (*maladjustment*) yang tidak diinginkan, baik oleh diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Penyimpangan perilaku ini tidak sepenuhnya disadari sebagai bentuk gangguan pada individu, bahkan tak jarang saat seseorang merasa baik-baik saja dengan dirinya secara tak sadar sedang dalam masalah mental yang mungkin dinilai kritis.

Pada umumnya perhatian akan pentingnya kesadaran dan pemahaman terhadap kesehatan mental di lingkungan sekolah seringkali luput dari perhatian. Padahal kondisi ini perlu perhatian serius dari segenap pihak, khususnya guru pembimbing atau konselor, tak lepas juga dari peranan kepala sekolah, guru mata pelajaran, maupun staf kantor. Kurangnya perhatian terhadap masalah kesehatan mental peserta didik tak jarang berakibat pada timbulnya *maladjustment* atau tindakan penyimpangan dalam berbagai bentuk yang tentunya bisa sangat merugikan.

Manifestasi dari berbagai gejala gangguan kesehatan mental yang dialami siswa ini, pada akhirnya akan mempengaruhi pencapaian kognitif akademik siswa berupa prestasi belajar, dan berpengaruh terhadap perkembangan psikis yang tidak optimal pada siswa. Pengaruh pada prestasi belajar, umumnya ditandai dengan menurunnya daya tangkap materi yang diajarkan, ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas maupun ujian yang berakibat pada jatuhnya hasil belajar, yang ditandai dengan nilai-nilai yang tidak memenuhi standar. Sedangkan pada perkembangan psikis, hal ini terkait pada masalah kenakalan remaja berupa tingkah laku agresif, pergaulan bebas, tindak asusila dan sebagainya. Kedisiplinan, berupa menyontek, acuh terhadap tata tertib, ketidakrapihan, dalam berpakaian dan

sebagainya. Pada gangguan mental, nampak pada sikap yang dingin pada lingkungan, selalu murung, nampak cemas yang berlebihan, gejala narkoba dan sebagainya.<sup>35</sup>

## **6. Bentuk-Bentuk Gangguan Kesehatan Mental di Sekolah**

Para siswa di sekolah tidak semuanya terbebas dari berbagai bentuk gangguan kesehatan mental. Berikut merupakan berbagai bentuk kesehatan mental:

### **a. Gangguan Depresi**

Seorang anak yang mengalami gangguan depresi akan menunjukkan gejala-gejala seperti perasaan sedih yang berkepanjangan, suka menyendiri, sering melamun di dalam kelas atau di rumah, kurang nafsu makan atau makan berlebihan, sulit tidur atau tidur berlebihan, merasa lelah, lesu atau kurang bertenaga, merasa rendah diri, sulit konsentrasi dan sulit mengambil keputusan, merasa putus asa, gairah belajar berkurang, tidak ada inisiatif, hipo/hiperaktivitas. Seorang anak yang mengalami gejala-gejala depresi akan memperlihatkan kreativitas, inisiatif dan motivasi belajar yang menurun, sehingga akan menimbulkan kesulitan belajar yang membuat prestasi belajarnya terus menurun.

### **b. Sindroma Ujian Nasional (UN)**

Sindroma menjelang ujian, tentu perlu dicermati dan diatasi secara tepat, baik oleh diri siswa sendiri, orang tua, maupun guru. Dalam kondisi tertentu, sindroma UN tersebut kerap mengganggu kesehatan. Ada yang jadi gampang sakit, terlihat lesu dan sulit berkonsentrasi ketika belajar. Takut tidak lulus merupakan hal yang normal bagi setiap siswa, dan merupakan hal yang paling membebani mental siswa. Upaya mengatasi dan meminimalisasi sindrom UN memerlukan upaya

---

<sup>35</sup>Dede Rahmat Hidayat dan Herdi, (2014), *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*, (Bandung: PT remaja Rosdakarya), hal. 98



persiapan dan dukungan integral dari aspek material, moral, mental, psikologis, spiritual, intelektual dan emosional yang dilakukan semua pihak terkait.

c. Gangguan Kecemasan

Anak-anak dengan gangguan kecemasan biasanya menanggapi hal-hal tertentu atau situasi dengan rasa takut dan ketakutan, serta dengan tanda-tanda fisik dari kecemasan (kegugupan), seperti denyut jantung yang cepat dan berkeringat.

d. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

Anak-anak dengan ADHD umumnya memiliki masalah dalam hal berkonsentrasi, tidak bisa mengikuti petunjuk, mudah bosan dan frustrasi dengan tugas-tugas. Mereka juga cenderung bergerak secara terus-menerus dan impulsif (tidak berfikir sebelum bertindak). Gangguan ini ditandai dengan adanya ketidakmampuan anak untuk memusatkan perhatian pada sesuatu yang dihadapi, sehingga rentang waktu perhatiannya sangat singkat apabila dibandingkan dengan anak lain seusianya. ADHD ini biasanya disertai dengan gejala hiperaktif dan tingkah laku yang impulsif. Kelainan ini dapat mengganggu perkembangan anak dalam hal kognitif, perilaku, sosialisasi maupun komunikasi.

e. Gangguan Perilaku yang Mengganggu

Anak-anak dengan gangguan ini cenderung menentang aturan dan sering mengganggu dalam lingkungan terstruktur seperti sekolah.

f. Gangguan Perkembangan Pervasif

Anak-anak dengan gangguan ini bingung dalam pemikiran mereka dan umumnya memiliki masalah dalam memahami dunia di sekitar mereka.

g. Gangguan Makan

Gangguan makan yang intens melibatkan emosi dan sikap, serta perilaku yang tidak biasa yang berhubungan dengan berat badan dan makan.

#### h. Gangguan Eliminasi

Gangguan eliminasi merupakan gangguan yang mempengaruhi perilaku yang berhubungan dengan penggunaan kamar mandi.

#### i. Gangguan Belajar dan Komunikasi

Anak-anak dengan gangguan ini memiliki masalah penyimpanan dan pengolahan informasi, serta yang berkaitan dengan pikiran dan ide mereka.

#### j. Gangguan Afektif (suasana hati)

Gangguan ini melibatkan perasaan kesedihan persisten atau suasana hati yang cepat berubah, serta masuk depresi dan gangguan bipolar.

#### k. Skizofrena

Gangguan ini melibatkan persepsi dan pikiran yang terdistorsi.

#### l. Gangguan Tic

Gangguan ini menyebabkan seseorang untuk melakukan perbuatan yang berulang-ulang, tiba-tiba, spontan (tidak dilakukan pada tujuan), dan sering berarti gerakan dan suara yang disebut *tics*.<sup>36</sup>

### 7. Penyebab Gangguan Kesehatan Mental pada Anak

Penyebab gangguan mental secara pasti memang belum diketahui, tetapi penelitian menunjukkan bahwa kombinasi faktor, termasuk keturunan, biologi, trauma psikologis, dan stres lingkungan mungkin terlibat.

#### a. Keturunan (genetik)

Banyak gangguan mental yang berada dalam sebuah keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan atau lebih tepatnya kerentanan terhadap gangguan mungkin diturunkan dari orang tua kepada anak-anak melalui gen (gen

---

<sup>36</sup>Ibid, Dede Rahmat Hidayat & herdi, hal.103

adalah unit biologis dasar hereditas yang berisi instruksi dan fungsi dari setiap sel dalam tubuh).

b. Biologi

Beberapa gangguan mental telah dikaitkan dengan bahan kimia, khusus di otak yang disebut *neurotransmitter*. *Neurotransmitter* membantu sel-sel saraf di otak untuk berkomunikasi satu sama lain. Jika bahan kimia tidak seimbang atau tidak bekerja dengan baik, maka pesan tidak mungkin melalui otak dengan benar, sehingga menyebabkan gejala. Selain itu, cacat atau cedera pada daerah-daerah otak tertentu juga telah dikaitkan dengan beberapa gangguan mental.

c. Trauma Psikologis

Beberapa gangguan mental mungkin dipicu oleh trauma psikologis, seperti penyalahgunaan emosional, fisik, atau seksual, kerugian awal yang penting (seperti kehilangan orang tua), dan penelantaran.<sup>37</sup>

## 8. Cara-Cara Mengatasi Gangguan Kesehatan Mental Secara Islam

Manusia yang mengaku hamba Allah pasti terbiasa melaksanakan ibadah-ibadah *mahdhah*. Namun, sejauh mana ibadah itu dilakukan akan berpengaruh kepada jiwa. Berikut akan mengulas beberapa bentuk ibadah dan efeknya secara psikis, yang kemudian dikenal dengan psikoterapi melalui amalan ibadah.

a. Thaharah

Secara etimologi kata “thaharah” adalah masdar atau kata benda yang diambil dari kata kerja yang berarti bersuci. Tharah ada dua macam yaitu bersuci dari hadats yang khusus pada tubuh secara hukum dan bersuci dari najis pada tubuh, pakaian dan tempat. Bersuci dari hadats itu ada tiga macam, yaitu thaharah kubra (mandi),

---

<sup>37</sup> Ibid, Dede Rahmat Hidayat & herdi, hal.108

thaharah sugra (wudhu), dan pengganti keduanya manakalah keduanya tidak dapat dilakukan (tayammum). Sedang bersuci dari najis juga ada tiga macam, membersihkan diri, menyapu dan memercikkan air. Thaharah yang wajib itu adalah wudhu, mandi janabah, mandi haid, mandi nifas, (bersuci dengan air), tayammum sebagai penggantinya (bersuci dengan tanah) manakalah tidak ada air atau seseorang berhalangan menggunakan atau menghilangkan najis.

Adapun sarana atau alat untuk thaharah terdiri dari air dan tanah. Air dapat dipergunakan untuk berwudhu atau mandi, sedangkan tanah dapat digunakan untuk bertayammum, sebagaimana ganti dari wudhu atau mandi. Kedua sarana ini digunakan untuk bersuci dari hadats kecil dan hadats besar.

b. Shalat

Dalam hukum *syara'* bahwa shalat akan sah jika muslim telah menunaikan wudhu. Air suci dan mensucikan menjadi media wajib untuk berwudhu. Wudhu disebut juga sebagai salah satu bentuk dari terapi air. Terapi air merupakan bentuk terapi dengan memanfaatkan air sebagai media terapis. Selain dampak psikis, wudhu juga memiliki pengaruh fisiologis, sebab dengan dibasuhnya bagian tubuh sebanyak lima kali sehari, lebih-lebih ditambah, maka akan membantu mengistirahatkan organ-organ tubuh dan meredakan ketegangan fisik dan psikis.

Secara etimologi kata shalat berarti doa memohon kebaikan. Shalat memiliki pengaruh yang sangat efektif untuk mengobati rasa sedih dan gundah yang menghimpit manusia. Melalui shalat, kepribadian seseorang akan terbimbing dalam menyikapi berbagai persoalan kehidupan. Tidak mudah putus asa bila mengalami kegagalan.

c. Dzikir

Al-quran menjelaskan begitu penting melakukan *dzikrullah* untuk menentramkan hati hamba-Nya yang beriman. Rasulullah saw pernah bersabda: “Tidaklah suatu kelompok yang duduk berdzikir melainkan mereka akan dikelilingi oleh para malaikat. Mereka mendapat limpahan rahmat dan mencapai ketenangan. Dan Allah swt akan mengingat mereka dari seseorang yang diterima di sisi-Nya” (HR Muslim dan Tirmidzi).

d. Membaca Al-Quran

Dibeberapa tempat telah dibuka pusat-pusat pengobatan ruhani atau pengobatan yang menggunakan Al-Quran. Pengobatan tersebut bisa dikenal dengan istilah *Ruqyah Syari'ah*. Namun, secara umum sebagian masyarakat memandang ruqyah sebagai bentuk terapi atau pengobatan alternatif guna membantu kesembuhan dari penyakit yang disebabkan gangguan jin atau roh jahat di dalam tubuh manusia.

Paradigma tersebut keliru dalam memahami Al-Quran sebagai petunjuk bagi umat manusia. Al-Quran adalah *kalamullah* yang suci, diturunkan oleh Allah dengan sebagai petunjuk bagi manusia yang membedakan antara hak dan bathil. Membaca Al-Quran disertai *mentadabburi* setiap bacaan ayat dapat membimbing jiwa agar ikhlas beramal dan *tawadhu* dalam bersikap sesuai dengan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Quran.

e. Shaum atau Puasa

Puasa merupakan sarana latihan untuk menguasai dan mengontrol motivasi atau dorongan emosi, serta menguatkan keinginan untuk mengalahkan hawa nafsu dan syahwat. Selain itu kesabaran menahan rasa lapar dan dahaga membuat seseorang yang berpuasa merasakan penderitaan orang lain yang serba kekurangan. Sehingga muncul rasa kasih sayang terhadap sesama dan mendorong untuk

membantu fakir miskin. Perasaan dan sikap peka secara sosial di masyarakat ini lah yang disebut dapat melahirkan rasa kedamaian dan kelapangan jiwa.<sup>38</sup>

Agama sebagai terapi kesehatan mental dalam islam sudah ditunjukkan secara jelas dalam ayat-ayat Al-Quran. Psikoterapi keagamaan, yaitu terapi yang diberikan kepada klien untuk mempelajari dan mengamalkan ajaran agama islam. Sebagaimana yang diketahui bahwa ajaran islam mengajarkan bagaimana kehidupan manusia bebas dari rasa cemas, tegang, depresi, dan sebagainya. Dalam setiap doa, setiap orang diajarkan untuk memohon agar kehidupan manusia diberi ketenangan, kesejahteraan, keselamatan, baik dunia dan akhirat.<sup>39</sup>

#### **D. Penelitian Relevan**

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang digunakan sebagai perbandingan yang menghindari dari manipulasi terhadap karya ilmiah dan menguatkan bahwa penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum pernah diteliti oleh orang lain. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian yang penulis lakukan adalah

1. Atik Muslihah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam (IAIN) Ponorogo (2019) yang berjudul “Pengaruh Kesehatan Mental Siswa dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PAI Siswa Kelas X di SMAN 2 Ponorogo”. Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesehatan mental terhadap hasil belajar mata pelajaran PAI siswa kelas X di SMAN 2 Ponorogo. Untuk mengetahui pengaruh motivasi belajar terhadap hasil belajar mata pelajaran PAI siswa kelas X SMAN

---

<sup>38</sup>Purmansyah Ariadi,(2013), *Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam*, Jurnal Syifa' Medika, Vol.3.No.2, hal.124

<sup>39</sup> Abdul Hamid,(2017), *Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Agama*, Jurnal Kesehatan Tandulako, Vol.3,No.1, hal.11

2Ponorogo. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh kesehatan mental dan motivasi siswa terhadap hasil belajar mata pelajaran PAI di SMAN 2 Ponorogo.<sup>40</sup>

2. Nada Bikriyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta (2020) yang berjudul “Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di SMPN 166 Jakarta”. Skripsi ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental di SMPN 166 Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear pada taraf signifikansi 5% atau 0,05. Sampel yang digunakan 15% dari jumlah populasi 252 peserta didik yakni 42 responden dan pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Teknik pengambilan data yang peneliti gunakan adalah kuesioner, observasi, wawancara, dan dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data dan data penunjang.<sup>41</sup>
3. Ayu Cahyanti Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro (2020) yang berjudul “Peran Keluarga dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja di Kelurahan Yosorejo 21 A Metro Timur”. Skripsi ini bertujuan agar keluarga memperhatikan perkembangan mental anak baik saat ia sedang di dalam rumah maupun di luar lingkungan masyarakat, serta lebih banyak berusaha meluangkan waktu untuk anak, baik untuk memberi rasa aman, nyaman dan menciptakan suasana rumah yang damai agar mental anak tumbuh dan berkembang secara baik dan sempurna.

---

<sup>40</sup> Atik Muslihah, Skripsi: “Pengaruh Kesehatan Mental Siswa dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar PAI Siswa Kelas X di SMAN 2 Ponorogo” ( Ponorogo: IAIN, 2019)

<sup>41</sup> Nada Bikriyah, Skripsi: “Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di SMPN 166 Jakarta” (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2020)

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Adapun pendekatan yang digunakan adalah metode kualitatif yang bersifat deskriptif atau dengan pendekatan fenomenologi. Adapun yang dimaksud dengan penelitian kualitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive dan snowbaal*, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada *generalisasi*.<sup>42</sup>

#### **B. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberi data sesuai dengan masalah yang diteliti. Dalam hal ini yang menjadi subjek penelitian adalah Kepala Sekolah, Guru Bimbingan dan Konseling, Wali kelas dan siswa yang bersangkutan di SMK Al-Wahliyah Tebing Tinggi.

#### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMK Al-Washliyah Tebing Tinggi, Jl. 13 Desember No.3. Waktu dalam penelitian ini dilakukan sesuai dengan kebutuhan penelitian.

---

<sup>42</sup>Sugiyono,(2018), *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif , dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta), hal.15



## D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik dalam pengumpulan data dalam penelitian kualitatif yaitu, observasi, wawancara, dokumentasi dan triangulasi.

### 1. Observasi

Dalam arti sempit observasi berarti pengamatan secara langsung terhadap gejala yang diteliti. Dalam arti luas, observasi meliputi pengamatan yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang diteliti. Dalam rumusan diatas ada satu kata kunci, yaitu “pengamatan”. Bahkan manakala observasi digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian kualitatif, maka pengamatan yang dilakukan observer bukan hanya sebatas gejala yang tampak saja, tetapi lebih jauh harus mampu menembus latar belakang mengapa gejala itu terjadi.<sup>43</sup>

### 2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan dengan maksud tertentu, yang melibatkan dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Dengan demikian, wawancara adalah pertemuan antara dua orang untuk bertukar informasi dan pendapat melalui tanya jawab.

### 3. Dokumentasi

Pengertian dokumen sebagai salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, dokumen merupakan rekaman kejadian masa lalu yang ditulis atau dicetak, dapat berupa catatan anekdot, surat, buku harian, dan dokumen-dokumen.

---

<sup>43</sup>Susilo Rahardjo & Gudnanto, (2018), *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*, (Jakarta: Kencana), hal.

Dokumen kantor termasuk lembar internal, komunikasi bagi publik yang beragam, file siswa dan pegawai.<sup>44</sup>

#### 4. Triangulasi

Dalam teknik ini pengumpulan data, triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Triangulasi teknik, berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Peneliti menggunakan observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serempak. Triangulasi sumber berarti untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama.<sup>45</sup>

### E. Teknik Analisis Data

Setelah data dan informasi yang diperlukan terkumpul selanjutnya dianalisis dalam rangka menemukan makna temuan. Setelah fokus semakin jelas maka peneliti menggunakan observasi yang lebih berstruktur untuk mendapatkan data yang lebih spesifik.

#### 1. Reduksi Data

Setelah data penelitian yang diperlukan dikumpulkan, maka agar tidak bertumpuk-tumpuk dan memudahkan dalam mengelompokkan serta dalam menyimpulkan perlu dilakukan reduksi data. Reduksi data dalam hal ini sebagai suatu proses pemilihan, memfokuskan pada penyederhanaan, pengabsrahan dan transformasi data mentah/kasar yang muncul dari catatan tertulis di lapangan.

---

<sup>44</sup>Ibrahim, (2018), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta), hal.88

<sup>45</sup>Ibid, Sugiyono, hal.330

## 2. Penyajian Data

Penyajian data dilakukan setelah proses reduksi. Penyajian data merupakan proses pemberian sekumpulan informasi yang sudah disusun yang memungkinkan untuk penarikan kesimpulan. Dengan adanya penyajian data maka peneliti dapat memahami apa yang sedang terjadi dalam proses penelitian dan apa yang akan dilakukan peneliti dalam mengantisipasinya.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Data penelitian pada pokoknya berupa kata-kata, tulisan dan tingkah laku sosial para subjek yang terkait dengan penelitian.<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup>Ibid, Ibrahim, hal.90

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN DAN TEMUAN PENELITIAN**

#### **A. Temuan Umum**

##### **1. Sejarah Berdirinya SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi**

Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Syahrul, S.Pd selaku kepala Sekolah SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi pada hari Rabu 03 Maret 2021 pukul 09.00 s/d 10.15 WIB dapat dikemukakan beberapa temuan umum penelitian ini yaitu tentang sejarah berdirinya, keadaan guru dan siswa, serta keadaan sarana dan prasarana. Semua yang diungkapkan oleh peneliti mengenai hal-hal tersebut adalah hasil perolehan data dengan wawancara dan pengkajian terhadap dokumen-dokumen yang ada di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi.

SMK Kesehatan AL-Washliyah Kota Tebing Tinggi didirikan di atas tanah seluas 3.500 m<sup>2</sup> di jalan 13 Desember No.13 Kelurahan Rambung Kecamatan Tebing Tinggi Kota, Kota Tebing Tinggi. Pendirian tersebut atas dasar kebijakan pengurus Besar Al jamiyatul Washliyah dalam meningkatkan sumber daya manusia dan kesejahteraan masyarakat Kota Tebing Tinggi melalui pengembangan pendidikan, produktifitas usaha, teknologi, optimalisasi, sosialisasi, pengawasan dan rehabilitasi ekosistem. Prioritas pengembangan pendidikan kejuruan tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan dan mutu lulusan SMK agar siap pakai oleh dunia usaha maupun industri.

Berdasarkan SK Pendirian Sekolah No. C-20.HT.2006, Tanggal 09 Mei 2006 maka dilakukan Pendirian SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi yang mulai beroperasi pada tahun 2012. SMK Kesehatan Al-Wassliyah

Kota Tebing Tinggi di pimpin oleh bapak Syahrul, S.Pd sebagai Kepala Sekolah dan dibantu oleh 2 (dua) orang pembantu kepala sekolah yaitu bidang Kurikulum dan Kesiswaan serta 2 (dua) kepala program keahlian Keperawatan dan Farmasi. Lulusan SMK Kesehatan Al-Wasliyah Tebing Tinggi sebagian besar bekerja pada dunia Kesehatan, serta sebagai lagi ada juga yang melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi.

## 2. Identitas Sekolah

Berikut profil SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi :

Nama Sekolah	: SMK Kesehatan AL-Wasliyah
NSS / NPSN	: - / 69733938
Status Sekolah	: Swasta
Alamat Sekolah	: Jl. 13 Desember No. 03 Kel. Rambung Kecamatan Tebing Tinggi Kota Kota Tebing Tinggi Provinsi Sumatera Utara Telp. 0621-21446 Fax. 0621-24164 Kode Pos. 20633
SK Pendirian Sekolah	: C-20.HT.01.06.TH.2006
Program Keahlian	: 1. Keperawatan 2. Farmasi 3. Multimedia

Status Akreditasi : A

### **3. Visi dan Misi SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi**

#### **a. Visi**

Mewujudkan peserta didik mejadi sumber daya kesehatan yang handal, terampil, dan berbudi pekerti luhur.

#### **b. Misi**

1. Mengintegrasikan sistem pendidikan dan pelatihan yang mengutamakan mutu dan keunggulan
2. Membekali siswa dengan pengetahuan keperawatan dan farmasi sesuai dengan kebutuhan pasar (market demand)
3. Menumbuhkembangkan iklim belajar yang berakar pada IQ (Intelligence Quotient), EQ (Emotional Quotient), dan SQ (Spiritual Quotient).

### **4. Rekapitulasi Data Guru dan Siswa SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi**

#### **a. Data Guru**

Dalam kegiatan proses pembelajaran, maka dibutuhkan adanya tenaga yang profesional dalam bidangnya masing-masing. Sehingga para siswa mendapatkan pelajaran sesuai dengan apa yang diharapkan. Tanpa adanya guru, pendidikan tidak akan berjalan dengan baik atau semestinya. Guru merupakan faktor dominan untuk menentukan maju mundurnya suatu lembaga pendidikan.

Berdasarkan data dan dokumen yang ada di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi, bahwa rata-rata guru yang ada disekolah tersebut telah

memiliki kualitas S1 di bidangnya. Untuk lebih rincinya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1.**

**Daftar Nama Guru SMK Kesehatan Al-washliyah**

<b>NO</b>	<b>NAMA GURU</b>	<b>L/P</b>	<b>JABATAN</b>	<b>BIDANG STUDI</b>
1	Syahrul, S.Pd	L	Kepala Sekolah	Bahasa Inggris
2	Muhammad Arif, S.Pd	L	Wakasek Kesiswaan	Fisika  Komputer dan Jaringan Dasar  Program Dasar  Dasar Desain Grafis  Produk Kreatif dan Kewirausahaan
3	Zuaina, M.Pd	P	Wakasek Kurikulum	Bahasa Inggris
4	Zulfi Ahmaddani Nasution, S.Pd.I	L	Guru	Bimbingan dan Konseling  Sistem Komputer  Simulasi dan Komunikasi Digital
5	Vindy Carolina, S.Farm. Apt	P	Kepala Jurusan Farmasi	Pelayanan Farmasi

				Farma Kognosi Farma Kologi Kimia Farmasi
6	Eka Maulidani, S.Kep	L	Kepala Jurusan Keperawatam	Keterampilan Dasar Tindakan Keperawatan Anatomi Fisiologi Ilmu Penyakit Kebutuhan Dasar Manusia Keterampilan Dasar Tindakan Keperawatan
7	Chairunnisyah, S.Kep.Ns	P	Guru	Keterampilan Dasar Tindakan Keperawatan Ilmu Penyakit Komunikasi Keperawatan
8	Zakaria Marpaung, S.Sos	L	Kepala Perpustakaan	Produk Kreatif dan Kewirausahaan Simulasi dan Komunikasi Digital
9	Santi Widya Nasution, S.Pd	P	Guru	Matematika
10	Rizki Supta Agustina, S.Pd	P	Guru	Bahasa Indonesia
11	Rizka Nurpanita, S.Pd	P	Guru	Bahasa Indonesia



12	Junita Linda Ritonang, S.Pd	P	Kepala Laboratorium	Biologi  Seni Budaya  Produk Kreatif dan Kewirausahaan
13	Andi Purnama Lubis, S.Pd	L	Guru	PKN  Sejarah Indonesia
14	Lahmanuddin, S.Pd.I	L	Guru	Pend. Agama dan Budi Pekerti
15	Astika Dewi, S.pd	P	Guru	Kimia
16	Mulyadi Ginting	L	Guru	Penjaskes
17	Nanda Aprilia, S.Pd	P	Guru	Matematika
18	Leni Maulana Siregar, SKM	P	Guru	Ilmu Kesehatan Masyarakat
19	Budi Hawari, S.Kom	L	Ketua Jurusan Multimedia	Design Grafis Percetakan  Animasi 2D dan 3D
20	Zainul Abidin, S.Pd.I.S.Pd	L	Guru	Kealwashliyahan

Tabel 2.

## Jenjang Pendidikan Guru

JABATAN		IJAZAH TERTINGGI YANG DIMILIKI																								
		<=SLTA		D1		D2		SARMUD/D3				S1				MAGISTER/S2				DOKTER/S3		JUMLAH				
								KEG		NON. KEG		KEG./AIV		NON. KEG		KEG		NON. KEG								
		L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	JLH		
Kepala Sekolah												1												1		1
Tenaga Pendidik	Tetap	1									1	4	5	2	3		1							7	10	17
	Tidak Tetap																									
	Guru Bantu																									
Jumlah T. Pendidik		1									1	5	5	2	3		1							8	10	18
Tenaga Kependidikan		1											1Q		1									1	3	4
JUMLAH		2									1	5	7	2	5									9	13	22

Tabel diatas merupakan jenjang pendidikan terakhir guru-guru SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi. Pendidikan terakhir guru-guru adalah Sarjana Muda (D3) berjumlah 1 orang, S1 keguruan/AIV berjumlah 12 orang dan S1 Non Keguruan berjumlah 7 orang, S2 berjumlah 1 orang.

**b. Data siswa berdasarkan kelas**

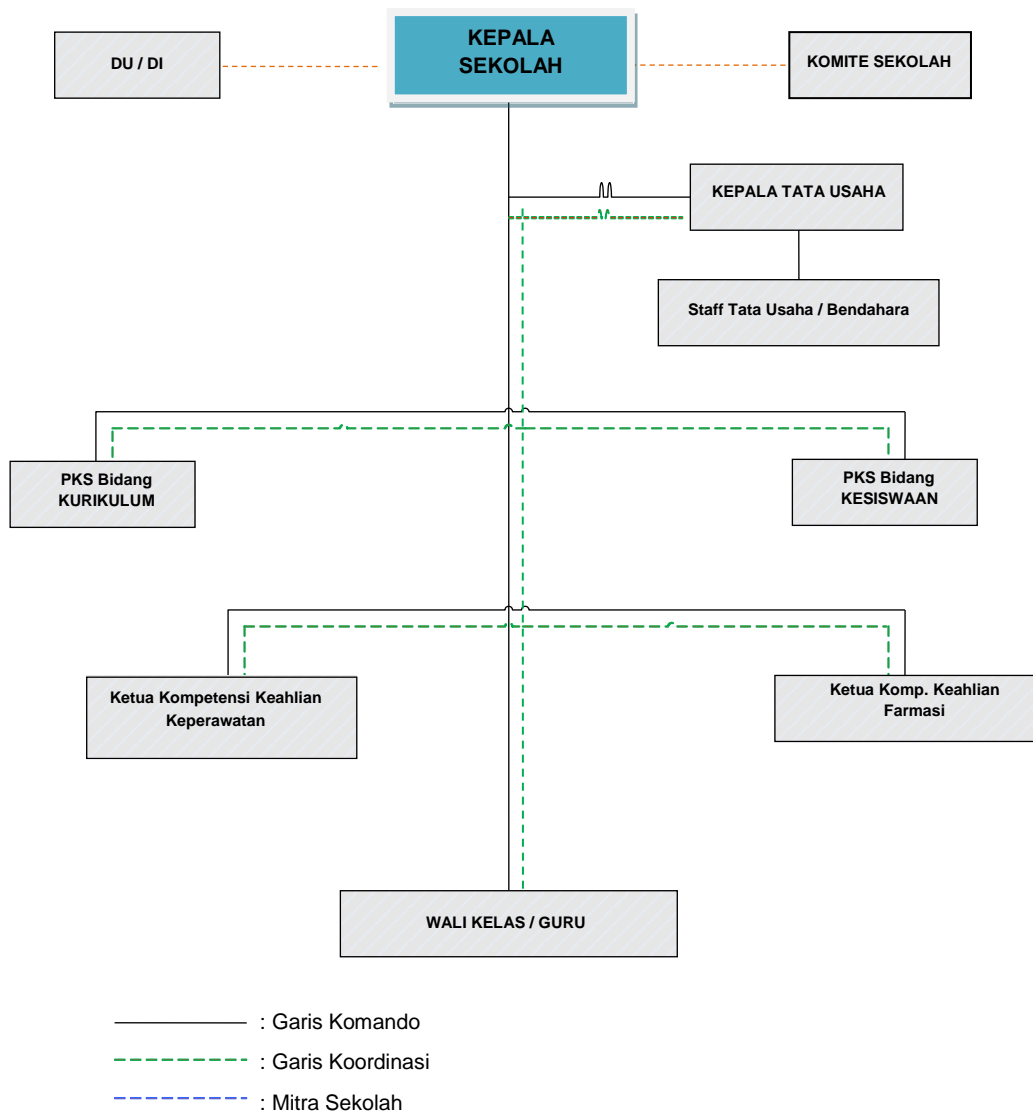
Komponen yang penting dalam proses pembelajaran adalah dengan adanya siswa. Data berisikan jumlah murid yang ada di SMK Kesehatan Al-Washliyah tahun 2020/2021.

**Tabel 3.**

**Jumlah siswa SMK Kesehatan Al-Washliyah berdasarkan kelas**

No	Bidang/Program Keahlian	Data Siswa						Jlh
		Tingkat 1		Tingkat 2		Tingkat 3		
		Kls	Siswa	Kls	Siswa	Kls	Siswa	
1	FARMASI					1	20	20
2	KEPERAWATAN	1	37	1	13	1	17	67
3	MULTIMEDIA	2	66	1	27			93
	Jumlah	3	103	2	40	2	37	180

## 5. Struktur Kepegawaian SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi



Bagan 1 : Struktur kepegawaian SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi

## 6. Sarana dan Prasarana SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi

Salah satu unsur terpenting dari pendidikan adalah adanya sarana dan prasarana yang mendukung terselenggaranya proses belajar dan mengajar. Seringkali proses belajar mengajar terganggu karena kurangnya sarana dan prasarana yang memadai, sehingga menghambat jalannya kegiatan belajar. Kurangnya sarana dan prasarana di suatu lembaga pendidikan tentunya akan

berdampak dan mempengaruhi semangat siswa untuk belajar, serta guru yang akan mengajar.

SMK Kesehatan AL-Washliyah Kota Tebing Tinggi mempunyai sarana dan prasarana yang baik untuk proses pembelajaran.

Data di bawah ini berisikan tentang keadaan sarana dan prasarana yang ada di SMK Kesehatan AL-Washliyah Kota Tebing Tinggi.

**Tabel 4.**

**Sarana dan prasarana SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi**

A. Gedung / Ruang

Jenis Gedung/Ruang	Dibutuhkan	Ada sesuai kondisi				Kurang	Lebih	Status Kepemilikan			
		baik	rusak ringan	rusak berat	Jumlah			Milik sendiri	Bukan Milik sendiri		Jumlah
									Sewa	Pinjam	
Ruang Kelas		6			6			6	-	-	6
Ruang Kantor Kep. Sekolah		1			1			1			1
Ruang Kantor Guru		1			1			1			1
Aula / Ruang Serbaguna											
Ruang Praktek		2			2			2			2
Ruang UKS											
Ruang Osis											
Ruang Konseling											
Ruang Tata Usaha		1			1			1			1
Laboratorium IPA					0						0
Laboratorium Fisika					0						0
Laboratorium Kimia					0						0
Laboratorium Biologi					0						0

Laboratorium Komputer											
Laboratorium Bahasa											
Ruang Ibadah		1			1			1			1
Ruang Perpustakaan		1			1			1			1
Kantin Sekolah		1			1			1			1
WC/Kamar Mandi Siswa		6			6			6			6
WC/Kamar Mandi Guru		2			2			2			2
Rumah Dinas Penjaga Sklh											
Rumah Dinas Kepala Sklh					0						0
Rumah Dinas Guru					0						0

## B. Perabotan/Meubiler

Jenis Meubiler	Dibutuhkan	Ada sesuai kondisi				kurang	Lebih	Status Kepemilikan			
		baik	rusak ringan	rusak berat	Jumlah			Milik sendiri	Bukan Milik sendiri		Jumlah
									Sewa	Pinjam	
Meja Siswa untuk 2 siswa											
Meja Siswa untuk 2 siswa											
Kursi Siswa											
Kursi Guru	25	25			25			25			25
Meja Guru (1/2 biro)											
Kursi Kepala Sekolah	1	1			1			1			1
Meja Kep. Sekolah ( 1 biro)	1	1			1			1			1
Lemari di Ruang kelas	0										
Rak Buku	3	2	1		3			3			3
Lemari Locker	10	1			1	9		1			1
Lemari Pajang											
Papan tulis	6	6			6			6			6

[illegible]

Kondisi sarana dan prasarana yang ada di sekolah SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi sangat baik. Sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar dan baik. Karena siswa dan guru merasa nyaman dengan sarana dan prasarana yang tersedia SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi.

#### **7. Keadaan Bimbingan dan Konseling SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi**

Berdasarkan hasil penelitian, ruangan BK yang ada di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi masih di gabung dengan ruang kantor, dengan fasilitas yang belum memadai karena tidak memiliki ruang tersendiri. Karena seharusnya ruangan BK itu tersendiri tidak tercampur dengan ruangan yang lainnya, agar ketika melaksanakan layanan tidak terganggu atau tetap terjaga kerahasiaannya. SMK Kesehatan Al-Washliyah hanya memiliki 1 orang guru BK.

Layanan-layanan yang diberikan kepada siswa di SMK Kesehatan Al-Washliyah sesuai dengan yang di butuhkan oleh siswa. Siswa yang di panggil keruangan BK adalah siswa yang memiliki masalah. Hanya beberapa siswa yang dengan suka rela datang kepada guru BK untuk menceritakan masalah yang dialaminya dan melakukan konseling individu secara tertutup dengan guru BK SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi.

#### **B. Temuan Khusus**

Setiap guru Bk menginginkan siswanya agar lebih terbuka dan mampu mengungkapkan setiap permasalahan yang dialaminya secara jujur, karena setiap permasalahan yang dialami atau dihadapi oleh peserta didik akan mengakibatkan terhambatnya atau kurangnya konsentrasi dalam proses belajar mengajar. Dalam



penelitian ini, ada tiga pokok bahasan yang akan dilaporkan dari hasil observasi, wawancara dan studi dokumentasi terhadap peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam membina mental hygiene siswa di sekolah SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Terbing Tinggi. Ketiga masalah tersebut ialah :

### **1. Karakter Siswa yang Mengalami Gangguan Mental Hygiene**

Guru bimbingan dan konseling sangat berperan dalam berbagai upaya untuk mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi oleh peserta didik, khususnya masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental peserta didik, yang dapat mengakibatkan terganggunya proses belajar mengajar. Salah satu keberhasilan guru BK terlihat dari bagaimana pelaksanaan bimbingan dan konseling yang telah dilakukannya di sekolah.

Karakter merupakan perilaku yang di tampilkan oleh peserta didik dalam kesehariannya. Karakter yang di tampilkan oleh peserta didik akan menggambarkan peserta didik mengalami masalah atau tidak dalam dirinya. Peserta didik yang mengalami masalah dalam mental hygiene akan menunjukkan karakter yang susah di tebak. Seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental (mental hygiene) akan selalu terlihat murung dalam kesehariannya, lebih banyak menyendiri tidak ingin berteman dengan teman yang lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan bapak Zulfi Ahmaddani selaku guru BK di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi, ada beberapa faktor penyebab siswa memiliki karakter yang dapat mengganggu proses belajarnya. Permasalahan yang sedang dihadapinya bisa saja dari dirinya sendiri, lingkungan keluarga, atau lingkungan pertemanan. Faktor yang sering sekali terjadi adalah dari faktor keluarga, disebabkan anak korban broken home menyebabkan anak mengalami masalah pada kesehatan mentalnya, dan karakter yang ada pada dirinya menyebabkan

anak tersebut menjadi pendiam, sosialnya terganggu, prestasi belajarnya menurun. Faktor dari diri individu yang mengalami masalah adalah rasa benci, rasa takut, cemas yang berlebihan, tidak percaya diri. Wawancara dengan guru BK yaitu Bapak Zulfi Ahmaddani, S.Pd pada hari Kamis, 04 Maret 2021, jam 10.00 Wib bertempat di kantor Guru.

*“Memang mental hygiene yang terjadi disekolah ini lebih sering adalah korban perceraian orang tuanya, anak yang sekolah disini ada beberapa yang orang tua nya berpisah. Sehingga kesehatan mental anak terganggu. Karakter yang di tampilkan oleh anak yang mengalami korban perceraian adalah pendiam tidak banyak bicara, sehingga proses sosialnya juga terganggu. Anak yang memiliki masalah pada kesehatan mentalnya sudah sering di ajak bermain oleh teman-temannya yang lain tetapi ia tidak mau karena ia merasa iri. Perceraian yang dialami oleh orang tua nya menjadi salah satu penyebab anak mengalami gangguan dalam kesehatan mentalnya”.*

Contoh lain yang dikatakan oleh guru BK :

*“Siswa yang memiliki gangguan kesehatan mental akan menampilkan karakter yang sangat jauh berbeda dengan anak yang tidak memiliki gangguan dalam kesehatan mentalnya. Mereka yang memiliki gangguan akan lebih sering menyendiri, tidak percaya diri, tidak ingin terlibat dengan orang lain, dan lebih banyak menghabiskan waktu sendirian di dalam kelas. Guru BK kan hanya memasuki kelas satu kali sehingga tidak mengetahui banyak karakter siswa tersebut saat mengikuti pelajaran. Sehingga guru BK bekerja sama dengan wali kelas, dan wali kelas memberi tahu kepada guru BK bahwa anak tersebut menampilkan karakter yang berbeda dari siswa yang lainnya. Ia lebih banyak diam di kelas, tidak aktif dalam mengikuti pembelajaran, dan prestasinya juga menurun.”*

Dari wawancara diatas dapat dipahami bahwa peserta didik yang mengalami kesehatan mental disebabkan karena perceraian orang tuanya dan mengakibatkan karakternya menjadi pendiam, tidak percaya diri, sosialnya terganggu,

dan lebih banyak menghabiskan waktunya sendiri di dalam kelas. Peserta didik yang mengalami gangguan kesehatan mental ini juga mengakibatkan prestasi yang di dapatkan menurun, karena tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya.

## **2. Faktor yang Menghambat dan Mendukung Guru BK Dalam Mengatasi Mental Hygiene**

Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak Zulfi Ahmaddani selaku guru BK di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi mengenai faktor apa saja yang menghambat dan mendukung guru BK dalam mengatasi mental hygiene. Ada beberapa faktor yang menghambat, yaitu banyak siswa yang belum sadar tentang peran guru BK sehingga mereka masih merasa takut untuk bercerita tentang masalah yang sedang dihadapinya kepada guru BK. Mengakibatkan guru BK lebih sering memanggil siswa yang memiliki masalah untuk dilakukan proses konseling. Faktor pendukung nya adalah guru Bk dibantu oleh wali kelas dan guru mata pelajaran lainnya untuk mengetahui siswa tersebut mengalami masalah. Wawancara berikut ini di laksanakan pada hari kamis, 04 Maret 2021 jam 10.15 Wib bertempat di kantor guru.

*“Di sekolah SMK Kesehatan Al-Washliyah pelaksanaan Bimbingan Konselinnya sudah bagus, karen guru BK yang bekerja disini merupakan lulusan dari Bimbingan dan Konseling, sehingga saya juga menggunakan layanan-layanan yang ada di bimbingan dan konseling. Tetapi masih banyak peserta didik yang tidak berani datang ke saya untuk bercerita masalah yang dihadapinya, mereka masih beranggapan bahwa guru BK itu kejam. Tetapi beberapa kali sudah saya kasih pengertian tentang seperti apa guru BK, sehingga ada bebrapa yang mau datang bercerita tetapi masih banyak yang belum sadar tentang peran guru BK sebenarnya. Sehingga saya harus bekerja sama dengan wali kelas dan guru mata pelajaran untuk memantau bagaimana perilaku peserta didik saat mengikuti pembelajaran, apabila guru atau wali kelas merasa ada yang aneh dengan peserta didik mereka*

*memberitahu saya dan saya akan memanggilnya ke ruangan untuk di lakukan konseling.”*

Hal yang sama juga disampaikan oleh Ibu Rizki Supta Agustin selaku wali kelas adari kelas XI Multimedia pada hari Kamis, 04 Maret 2021 jam 09.00 Wib bertempat di ruang perpustakaan mengenai pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMK Kesehatan AL-Washliyah Kota Tebing Tinggi bahwa :

*“Memang guru BK yang ada di sekolah ini hanya 1 orang yaitu bapak Zulfi Ahmaddani , tetapi walaupun begitu pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah ini menurut saya sudah bagus karena pak Zulfi juga merupakan lulusan bimbingan dan konseling sehingga beliau mengetahui layanan-layanan apa yang harus diberikan kepada peserta didik. Dan saya juga bekerja sama dengan guru BK karena kan guru BK hanya diberi waktu 1 kali dalam seminggu untuk masuk ke dalam kelas, sehingga tidak begitu banyak tau tentang perilaku peserta didik. Apabila saya merasa ada yang aneh dari peserta didik khususnya anak dari kelas saya maka saya akan melaporkan kepada guru BK sehingga guru BK bisa langsung memberikan layanan atau melakukan upaya penanganan kepada peserta didik tersebut. Sehingga peserta didik tidak mengalami masalah yang cukup lama. Karena kan kalau peserta didik mengalami masalah akan menghambat proses belajar yang ia lakukan, sehingga bisa saja prestasinya akan menurun. Masalah yang sering di dapati terjadi oleh anak yang mengalami broken home, ia akan menyendiri, tidak mau berteman dengan temanya yang lain, dan sering sekali menghabiskan waktu sendiri, tidak mengerjakan tugas yang diberikan. Sehingga benar-benar harus diproses agar ia tidak mengalami hambatan dalam proses belajarnya.”*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK dan wali kelas SMK Kesehatan Al-Washliyah bahwa faktor penghambat dan pendukung yang terjadi di sekolah tersebut adalah kurangnya minat dari peserta didik untuk datang dengan suka rela kepada guru BK untuk menceritakan masalah yang dihadapinya sehingga guru BK tidak begitu memahami masalah yang dialami oleh

peserta didik dan hanya mendapatkan laporan dari wali kelas dan guru mata pelajaran apabila ada peserta didik yang mengalami masalah.

Guru BK akan bekerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas untuk menangani siswa yang mengalami masalah, agar peserta didik bisa terlepas atau terbebas dari masalahnya, dan tidak menghambat proses belajarnya. Ada beberapa yang di ungkapkan juga oleh bapak Syahrul, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMK Kesehatan AL-Washliyah Kota Tebing Tinggi pada hari Rabu, 03 Maret 2021 jam 09.00 Wib bertempat di ruang kepala sekolah bahwa :

*”Saya melihat proses bimbingan dan konseling sudah berjalan dengan baik, kerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas untuk menangani peserta didik yang mengalami masalah sudah cukup baik. Saya juga memberikan waktu 1 kali dalam seminggu untuk guru BK masuk ke dalam kelas agar bisa memberikan layanan kepada peserta didik, dan agar guru BK bisa dekat dengan peserta didik nya karena guru BK dan peserta didik kan memang harus dekat agar ketika siswa mengalami masalah siswa bisa menceritakan langsung masalah nya kepada guru BK, sehingga tidak menjadi penghambat proses belajarnya.”*

Dapat dilihat dari hasil wawancara di atas, bahwa faktor penghambat dalam mengatasi mental hygiene adalah siswa yang tidak mau terbuka oleh guru BK dan tidak mau menceritakan masalah yang dihadapinya, sehingga guru BK tidak bisa membantu dengan maksimal apabila siswa tidak mau bercerita tentang masalahnya.

Faktor pendukungnya adalah kerja sama antara guru BK dengan Wali Kelas dan Guru Mata Pelajaran untuk bisa menyelesaikan dan membantu siswa yang mengalami mental hygiene untuk tidak mengalami hambatan dalam proses belajarnya.

### 3. Upaya yang Dilakukan Guru BK dalam Mengatasi Mental Hygiene Siswa

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK bapak Zulfi Ahmaddani tentang bagaimana upaya yang telah dilakukan kepada siswa yang mengalami mental hygiene. Guru BK melakukan konseling individu dan melihat perubahan apa yang terjadi setelah dilakukan proses konseling individu itu, apabila tidak mengalami perubahan akan dilakukan konseling individu lagi. Wawancara ini dilakukan pada hari Kamis, 04 Maret 2021 jam 10.30 Wib bertempat di ruang kantor guru, bahwa :

*“Guru BK akan melakukan bantuan semaksimal mungkin kepada siswa yang mengalami masalah agar siswa tersebut terbebas dari masalahnya. Saya akan memberikan layanan kepada siswa seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling individu. Dan konseling individu akan saya berikan kepada peserta didik yang mengalami mental hygiene dan memberikan waktu kepada nya untuk terlibat perubahan yang ada pada dirinya. Dan saya akan berikan pengertian kepada guru mata pelajaran dan wali kelas untuk bisa memakluminya karena masih pada tahap penyembuhan.”*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap Bapak Zulfi Ahmaddani selaku guru BK SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi bahwa sebelum melakukan rencana tindakan yaitu pelaksanaan layanan konseling individu, terlebih dahulu guru atau konselor melakukan tlangkah pra tindakan agar dapat mengetahui kondisi dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Adapun langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Konselor melakukan identifikasi masalah yang dihadapi oleh peserta didik untuk mengetahui kondisi awal terjadinya masalah mental hygiene.
- b. Konselor melakukan observasi awal terhadap peserta didik untuk mengetahui kondisi dari peserta didik yang mengalami masalah mental hygiene yang akan dikenai tindakan.

- c. Memberikan pemahaman kepada peserta didik tentang layanan konseling individu untuk bisa membantunya menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, dan membutuhkan kerja sama yang baik agar peserta didik mau terbuka dan bercerita tentang masalahnya agar penyelesaian masalah dapat berjalan lancar.
- d. Menyiapkan tindakan yang akan dilaksanakan dalam tiap-tiap langkah untuk melaksanakan layanan.

Sebelum melaksanakan setiap langkah, konselor menyusun rencana sebagai berikut :

- a. Konselor berkoordinasi dengan wali kelas untuk menentukan sasaran yang akan dikenai layanan.
- b. Menetapkan jadwal pelaksanaan layanan dan berdiskusi bersama peserta didik (konseli).
- c. Menyiapkan langkah-langkah yang akan dilakukan setelah melakukan proses layanan.

Tindakan konseling individu untuk mengatasi mental hygiene dilakukan secara sadar dan terkendali. Pemberian layanan ini dilakukan untuk membantu peserta didik mengatasi masalah yang dihadapinya dan tidak lagi menghambat proses belajarnya.

Dalam penelitian ini guru BK menjelaskan masalah yang dialami oleh peserta didik yang mengalami masalah mental hygiene. Peserta didik tersebut adalah MAZ, FS, DA, KA, PKN. Sehingga peneliti dapat mengobservasi perilaku peserta didik setelah guru BK menjelaskan permasalahan peserta didik kepada peneliti

M. Akbar Azizi (MAA) guru BK mengatakan bahwa ia mengalami masalah keehatan mental (Mental Hygiene) dikarenakan kedua orang tuanya bercerai sejak ia SMP dan ia sekarang tinggal bersama ibunya. Ia mengaku bahwa ia mengharapkan kasih sayang dari ayahnya juga tetapi tidak ia dapatkan. Ibunya bekerja untuk bisa menyekolahkan ia dan adiknya, dikarenakan ayahnya tidak memberikan uang untuk kebutuhan sekolahnya. Ia menjadi anak yang pendiam dikarena ia merasa iri dengan teman-temannya yang memiliki keluarga yang lengkap. Dan ia juga merasa tidak percaya diri, dan tidak mau mengerjakan tugas agar diperhatikan oleh gurunya.

Febri Syahputra (FS) ia mengalami masalah kesehatan mental (mental hygiene) dikarenakan ia salah pergaulan, sehingga ia mencoba-coba lem (yang bisa membuat fly/berimajinasi tinggi) sehingga ia mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan mengalami kesulitan dalam berteman. Ia juga tidak nyambung ketika di ajak mengobrol oleh guru BK sehingga guru BK harus sabar ketika mengajak nya berbicara. Karena efek dari yang ia lakuka adalah berimajinasi sehingga ia akan mengalami waktu yang lama untuk menyembuhkannya.

Dinda Anggraini (DA) ia mengalami masalah kesehatan mental (mental hygiene) dikarenakan orang tuanya bercerai sejak ia masih SMP dan ia tinggal dengan neneknya, dikarenakan ayahnya sudah menikah lagi dan ibunya bekerja menjadi TKI di Malaysia untuk bisa menyekolahkan ia dan adik-adiknya. Dulu ia adalah anak yang periang anak yang pintar tetapi setelah perceraian orang tuanya ia menjadi anak yang pendiam dan prestasinya menurun. Karena ia mengetahui penyebab ayah dan ibunya bercerai. Ia juga merasa malu karena teman-temannya saat ia masih SMP mengetahui bahwa ayah dan ibunya bercerai. Itu yang menyebabkan ia menjadi anak yang pendian dan prestasi yang menurun sekarang.



Khairul Amin (KA) ia mengalami kesehatan mental (mental hygiene) dikarenakan ia mengalami kekerasan yang dilakukan oleh ayahnya. Ayahnya merupakan sosok yang sangat keras kepada anaknya dan mau memukul apabila anaknya melakukan kesalahan. Sehingga menyebabkan ia tidak percaya diri, menjadi pendiam, karena ia berfikir ia takut apabila mengalami kesalahan ia akan dipukul. Karena sudah terbiasa mendapatkan itu dari ayahnya. Bahkan ia juga tidak mau bercerita kepada guru BK dan wali kelas nya, karena rasa takutnya kepada ayahnya. Ia mengaku ia takut apabila guru BK dan wali kelasnya mengatakan kepada ayahnya dan ia akan di pukuli oleh ayahnya.

Putri Karulina Nst (PKN) ia mengalami masalah kesehatan mental (mental hygiene) dikarenakan orang tuanya bercerai sejak ia masih kecil. Ia tinggal bersama ayah dan ibu tirinya, ia menjadi anak yang pendiam ketika ia mengetahui bahwa ia tinggal bersama ibu tirinya. Ia menjadi anak yang suka menyendiri tidak suka keramaian. Dan apabila ada kegiatan di sekolah ia lebih memilih menyendiri di dalam kelas atau memilih membaca buku di perpustakaan sekolah. Ia juga termasuk orang yang cuek dengan sekelilingnya.

Guru BK mengatakan upaya yang dilakukan dalam mengatasi mental hygiene dilaksanakan pada hari Kamis, 04 Maret 2021 jam 10.30 Wib bertempat di ruang kantor guru, bahwa:

*“saya lebih banyak mengajak mereka kembali lagi mendekatkan diri kepada Allah SWT. mengajak mereka melaksanakan sholat berjamaah, banyak membaca Al-Quran, sholat sunnah seperti sholat dhuha. Karena apapun masalahnya Allah lah yang akan membantu kita menyelesaikan masalah tersebut sehingga kita harus meminta petunjuk dan jalan dari Allah. Saya akan terus mengajak mmereka untuk selalu mengingat Allah selama mereka berada di lingkungan sekolah”.*

Dari hasil wawancara diatas makan dapat disimpulkan bahwa memang kebanyakan masalah yang terjadi dan menyebabkan gangguan pada kesehatan mental peserta didik dikarenakan perceraian kedua orang tuanya. Sehingga mengakibatkan anak mengalami gangguan kesehatan mental, menjadikan anak pendiam, prestasi menurun, tidak peduli dengan sosial atau lingkungan sekelilingnya, dan lebih banyak menghabiskan waktu sendiri.

### **C. Pembahasan Penelitian**

Dari 180 siswa SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi, peneliti meneliti 5 orang peserta didik yaitu yang memiliki masalah pada kesehatan mental (mental hygiene). 5 peserta didik tersebut seluruhnya kelas XI Multimedia dengan kelas yang sama, dan peserta didik tersebut bersedia untuk diwawancarai secara langsung. Pada saat melakukan wawancara dengan peserta didik, mereka menjawab dengan baik, namun sebelum dilakukan wawancara terlebih dahulu guru BK SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi menanyakan ketersediaan mereka ketika ingin diwawancarai oleh peneliti.

Adapun pembahasan hasil penelitian ini yaitu tentang peran guru bimbingan dan Konseling (BK) dalam mengatasi mental hygiene siswa. Dari kegiatan yang dilakukan disekolah ada beberapa faktor pendukung untuk guru BK mengatasi masalah peserta didik yaitu dukungan dari pihak sekolah khususnya guru BK dan wali kelas, faktor layanan yang diberikan dan siswa yang menerima layanan tersebut. Setiap peserta didik dapat dikatakan mampu mengungkapkan permasalahan yangalamnya secara jujur apabila ia benar-benar ingin merubah dirinya dan memiliki keberanian serta tidak terlalu cemas dengan apa yang dilakukannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan jelas bahwa masalah kesehatan mental (Mental Hygiene) sangat mengganggu proses belajar peserta didik yang

mengalaminya. Beberapa peserta didik yang mengalami kesehatan mental berasal dari keluarga yang mengalami perceraian, sehingga mengakibatkan kesehatan mentalnya terganggu dan lebih banyak memilih diam dan mengalami gangguan dalam sosialnya. Tetapi guru BK melakukan konseling individu kepada peserta didik yang mengalami masalah kesehatan mentalnya. Dan peserta didik mampu terbuka dan jujur untuk mengungkapkan masalah yang dihadapinya.

Dapat dilihat dari hasil penelitian, bahwa peserta didik yang mengalami kesehatan mental (mental hygiene), mereka yang awalnya tidak mau berkata jujur setelah diberikan pengertian bahwa guru Bk akan membantu mereka untuk menyelesaikan masalah yang di hadapinya. Setelah meraka memahami bahwa guru BK akan membantu merka dalam menyelesaikan masalahnya. Dari yang tadinya takut dan cemas ketika ingin mengatakan apa yang dipikirkan dan dirasakan, sampai akhirnya mereka sudah mampu mengungkapkan pendapatnya secara jujur tanpa harus merasa takut dan cemas lagi. Guru BK melakukan konseling individu kepada peserta didik yang mengalami masalah dan memberikan waktu setelah dilakukan proses konseling untuk melihat perkembangan yang terjadi setelah dilakukan proses konseling.

Peran guru Bk hanya sebagai fasilitator untuk mengarahkan mereka agar bisa mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dan tidak mengalami hambatan dalam proses belajar dan sosialnya. Bisa bersosial dengan baik tanpa ada unsur pemaksaan dari pihak manapun. Meningkatkan prestasinya agar bisa bersaing dengan teman-temannya dalam pembelajaran. Siswa juga dapat berkembang dan mengasah diri menjadi pribadi yang sukses dan bermanfaat sesuai kemampuannya.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis pada bab sebelumnya, maka pada bab ini akan disimpulkan hasil penelitian mengenai peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam membina mental hygiene siswa. Sebelum melakukan rencana tindakan yaitu pelaksanaan konseling individu, terlebih dahulu guru BK melakukan langkah pra tindakan agar dapat mengetahui kondisi awal peserta didik sebelum diberikan layanan sehingga dapat mendukung pelaksanaan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Adapun langkah-langkah diantaranya :

- e. Konselor melakukan identifikasi masalah yang dihadapi oleh peserta didik untuk mengetahui kondisi awal terjadinya masalah mental hygiene.
- f. Konselor melakukan observasi awal terhadap peserta didik untuk mengetahui kondisi dari peserta didik yang mengalami masalah mental hygiene yang akan dikenai tindakan.
- g. Memberikan pemahaman kepada peserta didik tentang layanan konseling individu untuk bisa membantunya menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, dan membutuhkan kerja sama yang baik agar peserta didik mau terbuka dan bercerita tentang masalahnya agar penyelesaian masalah dapat berjalan lancar.
- h. Menyiapkan tindakan yang akan dilaksanakan dalam tiap-tiap langkah untuk melaksanakan layanan.

Sebelum melaksanakan setiap langkah, konselor menyusun rencana sebagai berikut :

- d. Konselor berkoordinasi dengan wali kelas untuk menentukan sasaran yang akan dikenai layanan.
- e. Menetapkan jadwal pelaksanaan layanan dan berdiskusi bersama peserta didik (konseli).
- f. Menyiapkan langkah-langkah yang akan dilakukan setelah melakukan proses layanan.

Berdasarkan tahapan diatas menunjukkan bahwa peserta didik yang mengalami mental hygiene mampu mengungkapkan maslaahnya secara jujur untuk dapat terbebas dan tidak lagi mengalami hambatan dalam proses pembelajaran dan dapat bersosialisasi dengan baik. Jadi dapat disimpulkan bahwa peran guru Bk dalam membina mental hygiene siswa di SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi perkembanganya cukup baik. Guru Bk memberikana layanan yang sangat baik kepada peserta didik yang mengalami mental hygiene agar bisa terbebas atau terlepas dari masalah yang sedang dihadapinya, dan dapat berprestasi kembali di sekolah.

## **B. Saran**

Setelah penulis menyimpulkan pembahasan dalam isi skripsi ini maupun dari hasil penelitian dan analisis data, maka penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Pihak SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi khususnya kepala sekolah hendaknya menambah kembali jam kepada guru bimbingan dan konseling untuk masuk kedalam kelas, serta diharapkan agar memberikan kesempatan kepada guru BK untuk memberikan ruangan tersendiri bagi guru BK agar pelaksanaan konseling terlaksana dengan baik.

2. Untuk guru bimbingan dan konseling hendaknya terus meningkatkan kinerjanya dalam memberikan pemahaman tentang mental hygiene sehingga peserta didik tidak lagi mengalami masalah mental hygiene dan dapat mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya dan bersosialisasi dengan baik terhadap lingkungannya.
3. Bagi peserta didik, hendaknya selalu terbuka dan jujur kepada guru BK agar terhindar dari masalah-masalah yang terjadi agar tidak mengganggu proses belajar mengajar.
4. Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya melakukan penelitian lebih lanjut peran guru bimbingan dan konseling (BK) dalam membina mental hygiene siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariadi Purmansyah,(2013), *Kesehatan Mental dalam Perspektif Islam*, Jurnal Syifa' Medika, (Palembang), Vol.3.No.2
- Andriyani Juli, (2018), *Konsep Konseling Individual dalam Proses Penyelesaian Perselisihan Keluarga*, Jurnal At-Taujih,(UIN Ar-Raniry), Vol.1.No.1
- Erman Dan Prayitno, (2013), *Dasar- Dasar Bimbingan Dan Konseling*, ( Jakarta: Rineka Cipta),
- Gudnanto, (2015), *Bimbingan dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia*, Jurnal Konseling Gusjigang, (FKIP Universitas Muria Kudus), Vol.1 No.1
- Gudnanto & Rahardjo Susilo, (2018), *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*, (Jakarta: Kencana)
- Hanurawan Fattah, (2012), *Strategi Pengembangan Kesehatan Mental di Lingkungan Sekolah*, Jurnal Psikopedagogia,(Universitas Negeri Malang), Vol.1, No.1
- Herdi dan Hidayat Rahmat Dede, (2014), *Bimbingan Konseling Kesehatan Mental di Sekolah*,. (Bandung: PT remaja Rosdakarya),
- Hamid Abdul,(2017), *Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Agama*, Jurnal Kesehatan Tandulako, (FKIP Universitas Tadulako), Vol.3,No.1
- Ibrahim, (2018), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta)
- Ifdil, (2018), *Mengembangkan Kesehatan Mental Di Lingkungan Keluarga Dan Sekolah*, Jurnal Innovative Counseling, (Universitas Negeri Padang), Vol.2, No.2
- Ilyas M. Sabrida, (2018), *Peran Gur Bimbingan Dan Konseling Mengatasi Trend Lgbt (Lesbian, Gay, Bisexual, Dan Transgender) Di Sma Negeri 1 Aceh Tamiang*, Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, (IAIN Langsa), Vol.1, No.1

- Jannah Noor, (2015), *Bimbingan Konseling Keagamaan Bagi Kesehatan Mental Lansia*,  
Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, (Jawa Tengah), Vol.2, No.2
- Kementrian Agama RI, (2012), *Al-Quran dan Terjemah New Cardova*, Bandung: Sygma
- Kuswadi Edi, (2019), *Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pengembangan Mental Siswa*,  
Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam, (Surabaya), Vol.9, No.1
- Lubis Lahmuddin, (2021), *Konseling dan terapi Islami*, (Medan: Perdana publishing),
- Prayitno, (2017), *Konseling Profesional yang Berhasil Layanan dan Kegiatan Pendukung*,  
(Jakarta: RajaGrafindo Persada)
- Rohman Anas, (2016), *Peran Bimbingan dan Konseling Islam dalam Pendidikan*, Jurnal  
Pendidikan Agama Islam, (Semarang), Vol. 4. No.1
- Sit Masganti, (2014), *Psikologi Agama*, (Medan:Perdana Publishing)
- Soebiantoro Jonathan, (2017), *Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap  
Stigma Pada Penggunaan Layanan Kesehatan Mental*, Jurnal Psikologi Dan  
Kesehatan Mental, (Surabaya), Vol.2 No.2
- Sugiyono,(2018), *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif , dan  
R&D)*, (Bandung: Alfabeta)
- Tarmizi, (2018), *profesionalisasi profesi konselor berwawasan islami*, ( Medan, perdana  
publishing),
- Tarmizi,(2018), *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing)
- Tohirin, (2014), *bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah ( berbasis integrasi)*, (  
Jakarta: Raja grafindo persada)



## **LAMPIRAN**

### **Lampiran 1**

#### **PEDOMAN WAWANCARA DENGAN KEPALA SEKOLAH SMK KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI**

1. Bagaimana bentuk kerja sama antara kepala sekolah dengan guru BK?
2. Bagaimana cara kepala sekolah memantau kinerja guru BK?
3. Sarana dan prasarana apa saja yang disediakan sekolah dalam menunjang pelaksanaan kegiatan BK?

### **Lampiran II**

#### **PEDOMAN WAWANCARA DENGAN GURU BK DI SMK KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI**

1. Bagaimana cara guru Bk mengetahui siswa memiliki masalah/gangguan mental hygiene?
2. Bagaimana cara guru BK menggali masalah yang sedang dialami siswa?
3. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi siswa tidak mampu dalam mengungkapkan permasalahannya?
4. Layanan apa saja yang dilakukan guru BK di sekolah tersebut?
5. Bagaimana karakter siswa yang mengalami masalah mental hygiene?
6. Upaya seperti apa yang dilakukan oleh guru dalam membina mental hygiene?
7. Bagaimana bentuk kerja sama antara guru BK dengan wali kelas?
8. Apa yang guru BK lakukan untuk membina mental hygiene yang baik untuk siswa, agar siswa tidak mengalami hambatan dalam proses belajarnya?

### Lampiran III

#### PEDOMAN WAWANCARA DENGAN WALI KELAS SMK KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI

1. Bagaimana perilaku peserta didik yang mengalami mental hygiene?
2. Apa saja gangguan yang diperoleh ketika pembelajaran berlangsung?
3. Bagaimana cara ibu mengatasi gangguan tersebut?
4. Bagaimana prestasi siswa yang mengalami mental hygiene?
5. Apa saja tindakan yang ibu dan guru BK lakukan dalam menangani permasalahan ini?

### Lampiran IV

#### PEDOMAN WAWANCARA DENGAN SISWA SMK KESEHATAN AL-WASHLIYAH KOTA TEBING TINGGI

1. Menurut kamu guru BK itu seperti apa?
2. Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?
3. Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?
4. Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?
5. Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu ?
6. Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?
7. Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?
8. Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?
9. Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?

A. Kepala Sekolah

Nama : Syahrul, S.Pd

Jam/Hari/Tanggal : 09.00 s/d 10.15 WIB/ Rabu, 03 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Bagaimana bentuk kerja sama antara kepala sekolah dengan guru BK?	Jadi bentuk kerja samanya adalah saya selalu menanyakan apakah ada permasalahan yang sangat sulit yang di alami oleh peserta didik. Saya selalu melakukan rapat seminggu sekali untuk memantau semua kinerja guru-guru yang ada disini. Sehingga selalu ada komunikasi antara kepala sekolah dengan guru-guru.
2	Bagaimana cara kepala sekolah memantau kinerja guru BK?	Ya seperti yang saya bilang tadi saya akan melakukan rapat seminggu sekali untuk memantau semua kinerja guru-guru, tidak hanya guru BK. Sehingga saya bisa memantau bagaimana kinerja mereka semua.
3	Sarana dan prasarana apa saja yang disediakan sekolah dalam menunjang pelaksanaan kegiatan BK?	Kalau sarana dan prasarana mungkin masih banyak yang belum bisa di berikan oleh pihak sekolah. Karena guru BK belum mendapatkan ruangan khusus, sehingga harus bercampur dengan ruang guru lainnya. Tetapi guru Bk selalu menggunakan ruang perpustakaan atau ruang praktek ketika melakukan proses konseling. Dan saya juga akan memberikan dukungan apabila guru BK ingin melakukan layanan-layanan yang lainnya.

## B. Guru BK

Nama : Zulfi Ahmaddani, S.Pd.I

Jam/Hari/Tanggal : 10.00 s/d 11.30 WIB/ Kamis, 04 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Bagaimana cara guru Bk mengetahui siswa memiliki masalah/gangguan mental hygiene?	saya mengetahui masalah yang dialami peserta didik dari guru mata pelajaran dan wali kelas. Karena mereka kan tahu perilaku yang di tampilkan peserta didik di dalam kelas.
2	Bagaimana cara guru BK menggali masalah yang sedang dialami siswa?	Ya setelah saya mengetahui bahwa ada peserta didik yang mengalami masalah atau mengalami mental hygiene saya langsung memanggil anak tersebut untuk dilakukan konseling individu.
3	Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi siswa tidak mampu dalam mengungkapkan permasalahannya?	Karena siswa takut kalau ada orang yang mengetahui permasalahannya. Ia takut kalau orang yang di ajaknya bercerita memberitahu orang lain, dan itu dijadikan sebagai bahan ledekan. Dan ia masih belum mengetahui dan mengerti bagaimana peran guru BK untuk membantunya, sehingga ia masih belum berkata jujur dan dan masih merasa cemas apabila bercerita dengan guru BK. Dan saya memberikan pengertian kepadanya bagaimana peran guru BK sebenarnya dan setelah itu ia baru mau bercerita tetapi masih malu-malu dan cemas.
4	Layanan apa saja yang di lakukan	Saya menggunakan layanan informasi,

	guru BK dalam sekolah tersebut?	konseling individu, bimbingan kelompok, penempatan dan penyaluran. Karena ini kan sekolah SMK ya jadi peserta didik harus benar-benar tahu dimana ia harus masuk jurusannya sesuai dengan potensinya.
5	Bagaimana karakter siswa yang mengalami masalah kesehatan mental (mental hygiene)?	Ya karakter yang ia tampilkan ya seperti pendiam, lebih banyak menyendiri, tidak peduli dengan sekitarnya, tidak mau bersosial.
6	Upaya seperti apa yang dilakukan oleh guru BK?	Memberikan layanan seperti konseling individu kepada peserta didik yang mengalami masalah kesehatan mental, agar ia tidak terhambat dalam proses belajarnya.
7	Bagaimana bentuk kerja sama antara guru BK dengan wali kelas?	Kalau bentuk kerja sama nya ya paling wali kelas akan melaporkan kepada saya sebagai guru BK apabila melihat perilaku peserta didiknya yang tidak seperti biasanya.
8	Apa yang guru BK lakukan untuk membina mental hygiene siswa agar tidak mengalami hambatan dalam proses belajarnya?	Ya saya kembali kan lagi kepada Allah SWT. saya mengajak mereka untuk melakukan sholat berjamaah, sholat sunnah dhuha. Kalau bulan puasa kita ajak mengaji, ya seperti itu lah, kita kembali kepada Allah SWT. Dan saya juga melakukan konseling individu kepada mereka yang mengalami mental hygiene, dan saya akan berikan jangka waktu setelah melakukan konseling individu itu, untuk melihat perubahan yang ada pada diri

		peserta didik tersebut.
--	--	-------------------------

### C. Wali Kelas XI

Nama : Rizki Supta Agustin, S.Pd

Jam/Hari/tanggal : 09.00 s/d 09.45 WIB/Kamis, 04 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Bagaimana perilaku peserta didik yang mengalami mental hygiene?	Anak yang mengalami kesehatan mental ya cenderung pendiam, tetapi ada juga yang suka menjaili teman-temannya untuk mencari perhatian dari teman-temannya atau dari gurunya.
2	Apa saja gangguan yang diperoleh ketika pembelajaran berlangsung?	Kalau untuk anak yang pendiam gangguan nya itu gak ada karena dia akan diam aja, tidak bicara kalau tidak di tanya. Tetapi anak yang suka cari perhatian akan menjaili teman-temannya saat pembelajaran berlangsung.
3	Bagaimana cara ibu mengatasi gangguan tersebut?	Kalau untuk anak yang menjaili ya saya bilang saja meskipun harus berulang-ulang ya bilanginya, dan maklum si karena dia memiliki masalah.
4	Bagaimana prestasi siswa yang mengalami mental hygiene?	Kalau anak yang mengalami mental hygiene ya pasti prestasinya menurun ya.
5	Apa saja tindakan yang ibu dan guru BK lakukan dalam menangani permasalahan ini?	Ya saya bercerita kepada guru BK kalau anak itu sedikit berbeda dengan yang lainnya, setelah itu guru BK lah yang akan menindak lanjutinya. Dan saya

		mendukung guru BK agar anak tersebut bisa terlepas dari masalahnya.
--	--	---

#### D. Siswa/Peserta Didik

Nama : M. Akbar Azizi (MAA)

Jam/Hari/Tanggal : 09.00 s/d 09.30 WIB/Jum'at, 05 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Menurut kamu guru BK itu seperti apa?	Ya bapak itu baik, terus enak juga kalau cerita.
2	Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?	Pernah kak.
3	Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?	Gak tau si kak, tapi ya sering juga.
4	Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?	Pernah kak.
5	Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu?	Pernah kak.
6	Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?	Pernah kak.
7	Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?	Ya sedikit ada perubahan lah kak, tapi ya gak langsung ada perubahan semua gitu, butuh proses juga.
8	Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?	Ya paling dengerin musik, cerita sama orang yang bisa dipercaya.

9	Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?	Ya guru BK membantu si kak dalam menyelesaikan masalah.
---	--	---

Nama : Febri Syahputra (FS)

Jam/Hari/Tanggal : 09.30 s/d 10.00 WIB/ Jum'at, 05 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Menurut kamu guru BK itu seperti apa?	Ya bapak itu baik si kak, enak juga kalau cerita.
2	Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?	Pernah kak.
3	Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?	Ya sering juga kak. Tapi gak sering kali lah. Gak tiap hari.
4	Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?	Pernah kak.
5	Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu ?	Pernah kak.
6	Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?	Pernah kak.
7	Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?	Ya ada sedikit perubahan lah kak.
8	Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?	Cerita ke orang yang bisa dipercaya kak.
9	Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?	Guru Bk membantu si kak dalam menyelesaikan masalah.



Nama : Khairul Amin (KH)

Jam/Hari/Tanggal : 09.00 s/d 09.20 WIB/ Jum'at, 12 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Menurut kamu guru BK itu seperti apa?	Baik kak
2	Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?	Pernah kak
3	Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?	Gak sering kak
4	Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?	Pernah kak
5	Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu ?	Pernah lah kak
6	Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?	Pernah kak
7	Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?	Paling ya masalahnya sedikit selesai.
8	Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?	Dengerin musik, kadang saya menyendiri, kadang juga cerita ke orang yang dekat sama aku.
9	Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?	Guru BK membantu saya menyelesaikan maslaah saya ketika saya punya masalah dan kalau saya cerita ke guru BK

Nama : Dinda Anggraini (DA)

Jam/Hari/Tanggal : 09.30 s/d 09.50 WIB/Jum'at, 12 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Menurut kamu guru BK itu seperti apa?	Baik kak, enak juga di ajak bercerita.
2	Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?	Pernah kak.
3	Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?	Gak terlalu sering si kak, tapi kadang-kadang datang ke guru Bk untuk cerita kalau lagi ada masalah.
4	Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?	Pernah kak. Karena merasa tidak bisa menyelesaikannya sendiri.
5	Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu ?	Pernah kak.
6	Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?	Pernah kak.
7	Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?	Ada perubahan sedikit setelah melakukan konseling kepada guru BK.
8	Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?	Saya lebih sering menyimpannya sendiri, karena saya takut untuk cerita ke orang lain.
9	Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?	Guru BK membantu untuk menyelesaikan masalah yang kami hadapi.

Nama : Putri Karulina Nst (PKN)

Jam/Hari/Tanggal : 10.00 s/d 10.20 WIB/ Jum'at, 12 Maret 2021

NO	PERTANYAAN	RESPON
1	Menurut kamu guru BK itu seperti apa?	Bapak itu baik kak.
2	Pernahkah kamu di panggil oleh guru BK?	Pernah kak.
3	Seberapa sering kamu di panggil oleh guru BK?	Gak sering si kak.
4	Apakah kamu pernah meminta bantuan kepada orang lain ketika sedang mengalami masalah?	Pernah lah kak. Kadang saya meminta bantuan kalau saya merasa tidak bisa menyelesaikan masalah yang saya alami.
5	Apakah kamu pernah mengalami masalah yang sangat berat sehingga proses belajar kamu terganggu ?	Pernah kak. Bahkan sampai prestasi saya menurun.
6	Apakah kamu pernah melakukan konseling kepada guru BK?	Pernah kak.
7	Setelah melakukan proses konseling apa yang terjadi selanjutnya dalam hidup kamu?	Perubahan yang bertahap si kak. Dan saya bisa menyelesaikan masalah saya.
8	Apa yang kamu lakukan ketika kamu sedang mengalami masalah?	Saya lebih sering menyimpan masalah saya sendiri, tetapi kalau saya sudah tidak sanggup baru saya mencari orang yang saya percaya untuk saya ajak cerita.
9	Bagaimana pendapat kamu tentang guru BK setelah kamu melakukan proses konseling?	Bapak orang nya baik, dan membantu saya untuk bisa menyelesaikan masalah saya.

## DOKUMENTASI

Wawancara bersama kepala Sekolah



Foto bersama Guru BK SMK Kesehatan Al-Washliyah Kota Tebing Tinggi





Foto bersama wali kelas XI Multimedia



Foto bersama siswa









